

Universitatea Eötvös Loránd
Facultatea de Științe Sociale
Program de masterat în arte

Elementele ritualurilor
în
Lucrul cu constelațiile familiale

Pregătite de:

Andela Duric

QBE0EP

Master în Antropologie Culturală

Supervisor:

Richárd Papp, PhD

Mai 2023

Abstract

De la dezvoltarea sa în anii 1970 de către psihoterapeutul german Bert Hellinger, lucrarea cu constelații familiale a devenit o metodă răspândită de „vindecare” transgenerațională. Într-un cadru de grup, sub formă de ateliere, străinii se reunesc și, prin activități de grup ritualizate, contribuie la reconcilierea conflictelor din cadrul familiei unui client. În funcție de configurațiile lor spațiale, membri selectați ai grupului, acționând ca „reprezentanți” ai membrilor familiei clientului, pun în lumină dinamica familială a clientului. Ghidați de „facilitator”, aceștia experimentează cu poziția lor în relație unul cu celălalt și se angajează în dialog în încercarea de a reorganiza narațiunea. În această disertație, diferitele roluri ale participanților la lucrarea cu constelații familiale sunt interpretate prin prisma ritualurilor - deoarece interacțiunile lor sunt standardizate în contextul atelierelor, care au o structură prescrisă și repetată.

Cercetarea mea de teren, care a coincis cu pandemia de COVID-19, a fost efectuată printre terapeuți în formare în grupuri educaționale ale mai multor institute gestalt din Balcani. Întrucât aceste ateliere, conduse de un facilitator sârb renumit, au fost transpuse din spațiul fizic în cel virtual, această metodă de vindecare de grup este explorată pe baza datelor etnografice colectate în ateliere online. Aceasta dezvăluie cum, în absența spațiului fizic, utilizarea rituală a limbajului - sub forma „propozițiilor vindecătoare” - joacă un rol crucial în restabilirea percepută a „ordinii” în sistemul familial al clientului.

Cuprins

Capitolul 1: **Introducere**

„Ritualurile care vindecă izvorăsc din iubire și sunt săvârșite în slujba iubirii."

Ritualurile care urmăresc să schimbe realitatea din orice alt motiv nu vindecă."

- Hellinger (1998: 175)

Subiectul acestei cercetări - Lucrul cu Constelațiile Familiale, m-a găsit parcă la întâmplare. Cu toate acestea, când ne uităm mai atent la istoria mea (familială), am putea spune că a fost mereu pe „teren”, așteptând doar să o recunosc.

Într-o dimineață de toamnă, în primul meu semestru la ELTE, în cadrul Seminarului de Antropologie a Religiei, predat de Viola Teisenhoffer, doctor în filosofie, o colegă de-a mea ținea o prezentare despre cine altul decât favoritul tuturor, Claude Lévi-Strauss. Mai precis, despre comparația sa dintre șamanism și psihanaliză (Lévi-Strauss, 1963: 186-205). Naiv, dornic să las o impresie bună profesorului și să contribui la discuția despre elementele ritualice din terapie, am ridicat mâna.

„Ei bine, de fapt”, am spus, „elementele ritualice pot fi găsite și în psihoterapia modernă. De exemplu, în tehnica scaunului gol... și, bineînțeles, în lucrul cu constelația familială.”

Profesorul m-a rugat să explic clasei ce înseamnă munca cu constelații familiale. Deși ar fi putut părea că „abandonez numele” sau, în acest caz, „termine”, chiar și pe atunci eram familiarizat cu această abordare - deoarece mama mea era psihoterapeut și facilita constelații familiale. Eram cel puțin suficient de familiarizat pentru a o explica în modul cel mai simplu:

> Lucrul cu Constelații Familiale este o formă de psihoterapie de grup dezvoltată de Bert Hellinger - un psihoterapeut german și fost preot catolic care a petrecut 16 ani în Kwazulu-Natal, Africa de Sud. Pe lângă încorporarea în abordarea sa a elemente ale ritualurilor de vindecare Zulu și ale cultului strămoșilor, Hellinger a fost influențat și de diferite terapii, cum ar fi psihodrama lui Moreno, sculptura familială a lui Satir și terapia contextuală a lui Boszormenyi-Nagy [1]. Metoda sa eclectică propune ca multe probleme din viața unei persoane (de la sănătate la modul în care își formează relațiile) să aibă o legătură și o cauză principală cu familia în care a crescut, precum și cu familia în care au crescut părinții săi (Beaumont, 2012/2014). Această practică

[1] Pentru o scurtă biografie cuprinzătoare a lui Hellinger, precum și pentru influențele sale asupra dezvoltării lucrărilor despre constelațiile familiale, consultați Anexa A.

> presupune conexiuni și modele transgeneraționale în sistemul familial - între membrii familiei în viață și strămoșii decedați. Lucrul cu constelații familiale are ca scop vindecarea problemelor persistente, analizând nu istoria individuală a clientului, ci istoria familiei. Atât cauza simptomului, cât și rezolvarea acestuia pot fi găsite în dinamica familială, care este descoperită și abordată într-un cadru de grup. Membrii grupului care reprezintă anumiți membri ai familiei sunt plasați în spațiu în relație unii cu alții și, pe parcursul procesului, pozițiile lor sunt reorganizate. Când toată lumea se află la locul său, „ordinea” este restabilită simbolic în sistemul familial și constelația este încheiată.

Întreaga clasă era și mai confuză decât înainte să încep să descriu această metodă. „Ai vrea să cercetezi asta pentru masterat?”, m-a întrebat Viola. Acum eram confuză. La urma urmei, studiez antropologie culturală. De fapt, tocmai am început să studiez antropologie. Mintea a început să-mi rătăcească: *cred că atunci când voi absolvi, m-aș putea înscrie la un alt master în psihologie și să studiez munca cu constelații familiale, hmm, poate că nu a fost o idee rea...* „După ce absolv?”, am întrebat. Acum era rândul Violei să fie confuză. „Nu, aici, acum!”, a spus ea. „Ooo!”, a fost tot ce am reușit să răspund. Acum toată lumea era confuză. Dar din acea confuzie a apărut ideea pentru această teză: „Elementele ritualurilor în munca cu constelații familiale”.

Totuși, pe măsură ce săptămânile treceau, o întrebare se contura în mintea mea: Ce legătură are munca în constelații familiale cu antropologia? Cum o pot aborda dintr-o perspectivă antropologică?

În primul rând, ambele au ființa umană în centrul lor. O ființă umană care nu este izolată, ci interconectată cu familia și/sau societatea și cultura din care provine. Prin urmare, ambele sunt holistice . Termenul „holism” *(holos* în greacă) a fost inventat de omul de stat și liderul militar sud-african Jan Smuts în cartea sa din 1926 intitulată „Holism și evoluție”. Potrivit lui Vuksa (2023), Smuts credea că fiecare formă individuală de viață formează un întreg armonios, indivizibil” (p. 71).

În al doilea rând, atât antropologia, cât și lucrările despre constelațiile familiale se ocupă de relațiile dintre ființele umane: prima la nivel macro, iar cea de-a doua la nivel micro. Conform

lui Viveiros de Castro (2009), „Relațiile dintre ființele umane sunt exprimate prin termeni clasificatori de rudenie - cu alte cuvinte, sunt relații de rudenie” (p. 243). În eseul său „Ce este rudenia (partea întâi)”, antropologul american Marshall Sahlins a definit rudenia ca o „reciprocitate a ființei: persoane care sunt membre una alteia, care participă intrinsec la existența reciprocă” (2011a: 2). Această participare este influențată fie de relațiile de sânge, fie de căsătorie. Memoria este esențială pentru rudenie, „într-un anumit sens, este însăși rudenia” (Taylor, 1996: 206, citat în Sahlins, 2011a: 5). Antropologia rudeniei se preocupă, așadar, de „informațiile transmise social — într-un cuvânt, cultura — în care este încorporat comportamentul față de rude” (Cronk și Gerkey, 2007: 463-4). Lucrul cu constelațiile familiale se ocupă, de asemenea, de informațiile transmise, în acest caz informațiile transgeneraționale. De la strămoșii noștri moștenim nu doar culoarea ochilor, diabetul și pasiunea pentru colecționarea de timbre, ci și o mare varietate de stresuri psihologice, traume și dureri, majoritatea fiind subconștiente — voalate într-un anumit nivel de secret. Această metodă este considerată o modalitate de a dezvălui și rezolva acele „încurcături” sistemice inconștiente, adică rădăcina traumei.

În al treilea rând, lucrul cu constelațiile familiale este o abordare fenomenologică. Hellinger însuși a definit-o ca atare. Toată teoria existentă se bazează pe dovezi empirice, în principal pe experimentarea procesului în persoană. Deși statul în fotoliu și citirea transcrierilor sau vizionarea videoclipurilor de la ateliere ar putea transmite anumite informații structurale, acest lucru nu este suficient. Nici intervievarea participanților nu este suficientă. Am descoperit curând că trebuie să fii prezent și să experimentezi direct lucrul cu constelațiile familiale pentru a-l înțelege. Pentru studiul acestui subiect, metoda esențială a antropologiei - observația participantă, mi-a fost de mare folos.

Acum, că am justificat, sperăm, interesul antropologic pentru această abordare psihoterapeutică, putem atinge conținutul acestei teze, precum și cine și ce a fost cercetat de fapt.

Înainte de a introduce întrebările mele de cercetare, aș dori să fac o mică precizare.

Lucrul cu Constelații Familiale există de aproximativ 50 de ani și, de-a lungul timpului, s-a schimbat. De la concepția sa în Germania, în anii 1970, a devenit o practică recunoscută la

nivel internațional de vindecare intergenerațională, precum și de construire a păcii și reconciliere (Mayer & Viviers, 2016). Inițial, accentul se punea doar pe familia de origine și familia actuală, inspirându-se din ritualurile Zulu din Africa de Sud, unde Hellinger a lucrat ca misionar în anii '50 și '60. În timp ce lucrările sale timpurii sunt mai apropiate de ritualurile șamanice, dezvoltarea ulterioară a acestei practici introduce „sufletul”. Așa-numitele „Mișcări ale Sufletului” se concentrează pe crearea de rezoluții, mai degrabă decât pe identificarea cauzei exacte a unui simptom. Propune că fiecare individ este conectat la Sufletul Superior. Printre altele, acest tip de lucru le permite practicanților săi, așa cum cred ei, să experimenteze unitatea și solidaritatea tuturor ființelor umane, precum și să ofere un sentiment de conexiune cu strămoșii lor. Următoarea fază, numită „Constelații Familiale Spirituale”, ia în considerare nu doar legăturile familiare, ci și relațiile care depășesc limitele familiei, incluzând triburi, națiuni, victime, făptași, precum și evenimente istorice care adesea se întind pe mai multe generații. În ultimii ani, Hellinger Schule a început să practice așa-numitele „Constelații Familiale Originale Hellinger”, dezvoltate de soția lui Hellinger, Sophie, făcând ca toate versiunile anterioare ale acestei metode să fie, în opinia lor, demodate. Conform site-ului web Hellinger Schule, așa-numitele „Constelații Familiale Clasice” (prima fază) nu mai sunt suficiente, afirmându-se că „doar cinci procente din toate constelațiile pot fi atribuite domeniului psihoterapiei”.

Totuși, în propria mea cercetare m-am concentrat în principal pe acele „Constelații Familiale Clasice” așa cum sunt utilizate în psihoterapie - mai precis, în psihoterapia gestalt. Similar modului în care Hellinger a dezvoltat această metodă ca o modalitate de a aborda atrocitățile Holocaustului și de a vindeca traumele provocate de cel de-al Doilea Război Mondial, această abordare a fost introdusă în regiunea fostei Iugoslavii în anii 1990, după războaie, de către Lidija Pecotic, doctor în filosofie, care încă facilitează ateliere de Constelații Familiale până în ziua de azi. De fapt, atelierele la care am participat ca parte a muncii mele de teren au fost toate facilitate online de această influentă psihoterapeută gestalt. Grupurile de la care am adunat date empirice au fost formate din studenți și viitori terapeuți de la diverse institute gestalt din regiunea balcanică și Malta. Aceste ateliere au făcut parte din pregătirea lor, fiind

incluse în programa lor de învățământ ca un curs despre „ [2]Abordări Alternative în Psihoterapie". De menționat că, din cauza fluxului constant de participanți, cercetarea mea nu a fost efectuată într-un grup specific format din aceiași studenți. În plus, aceste grupuri nu au fost în primul rând de natură terapeutică, ci educaționale. Asta înseamnă că, pe lângă vindecarea simptomelor persistente într-un cadru de grup, scopul acestor ateliere specifice la care am participat a fost să demonstrez această abordare, precum și să explic teoria prin practică, astfel încât mai târziu, acei studenți, când vor deveni terapeuți, să poată, dacă doresc, să folosească această metodă cu propriii clienți.

Scopul principal al acestei teze, pe lângă oferirea unei imagini de ansamblu cuprinzătoare a acestei metode terapeutice, este de a explora funcțiile și experiențele (rituale) ale participanților, precum și interacțiunile acestora unii cu alții, în funcție de rolul lor în cadrul unei constelații familiale specifice. Intenționez să interpretez elementele acesteia folosind cadrul antropologiei, mai precis cel al ritualurilor, în speranța de a găsi un răspuns la principala mea întrebare de cercetare:

Ce face ca munca în constelații familiale să funcționeze?

Această teză este împărțită în nouă capitole:

Capitolul 1 servește drept introducere la această teză. Scopul său principal este de a justifica interesul antropologic pentru acest subiect al vindecării psihoterapeutice. Acest capitol descrie cum a apărut această cercetare, precum și definește ce este munca cu constelații familiale și care va fi obiectivul specific al acestei cercetări.

Următoarele trei capitole servesc drept recenzie a literaturii de specialitate, combinând perspectiva emică cu cea antropologică.

Capitolul 2 introduce metoda lucrului cu constelația familială. Această abordare este aparent guvernată de „legi universale", pe care terapeutul le folosește pentru a facilita vindecarea. Acest lucru se realizează prin utilizarea legilor apartenenței, ierarhiei și reciprocității pentru a reorganiza reprezentanții și a aduce „ordine" în sistemul familial. În prima parte a acestui

[2] De când am participat la aceste ateliere în 2021, numele oficial al cursului s-a schimbat în *„* ***Diferite*** Abordări în Psihoterapie".

capitol, conceptele de dreptate și schimb sunt introduse ca regulatori ai relațiilor umane la fiecare nivel. În a doua parte, folosind cadrul contextual al lui Boszormenyi-Nagy, ne concentrăm pe echitate și apartenență în sistemele de rudenie sau familiale. În a treia parte a acestui capitol, aceste „legi universale” sunt interpretate folosind conceptul de reciprocitate ca o încercare de a conecta domeniile antropologiei și psihoterapiei.

Capitolul 3 prezintă participanții (terapeut, client, reprezentanți și observatori) la lucrul cu constelațiile familiale. Prima parte a acestui capitol descrie structura unui atelier de constelații familiale, care se repetă mereu. Vindecarea sau „căutarea ordinii” se manifestă fizic în spațiul fizic. Prin urmare, în a doua parte, prin explicarea conceptului de „câmp” așa cum este folosit în psihoterapie, intenționez să interpretez semnificația simbolică a spațiului oferită de această metodă.

Capitolul 4 introduce originile „tradiționale” ale lucrului cu constelațiile familiale, mai precis pe cele ale ritualurilor de vindecare Zulu. Comparații între cele două există atât în literatura psihologică, cât și în cea antropologică, deoarece Hellinger a fost staționat printre ei ca misionar, înainte de a deveni psihoterapeut. Este introdusă cultura Zulu, cu accent pe relația cu strămoșii. În plus, utilizând filosofia fenomenologiei, se face o paralelă între lucrul cu constelațiile familiale și sistemul tradițional de divinație practicat în Africa de Sud.

Următorul capitol, **Capitolul 5,** este dedicat Metodologiei cercetării mele. Descriu munca mea de teren, grupul pe care l-am cercetat și metodele pe care le-am folosit pentru colectarea datelor. Din cauza pandemiei de COVID-19, atât munca mea de teren, cât și interviurile pe care le-am realizat cu participanții, s-au desfășurat online. Discută beneficiile și restricțiile muncii de teren online, așa cum le-am experimentat în timpul realizării acestui studiu. De asemenea, discut limitele acestui studiu.

Capitolul 6 prezintă rezultatele cercetării mele. Deși în Metodologie am descris, din punctul de vedere al unui cercetător, avantajele și dezavantajele desfășurării atelierelor online, în acest capitol mă extind în sfera terapiei online. Ofer o descriere etnografică a atelierelor online, precum și o abordare a modului în care participanții au experimentat această schimbare de mediu.

Următoarele două capitole servesc drept analiză antropologică sau Discuție.

Capitolul 7 interpretează rolurile participanților la munca cu constelații familiale prin prisma ritualurilor. Pe baza unor exemple din literatura antropologică, terapeutul este comparat cu „șamanul” care pune un diagnostic și vindecă clientul prin intervențiile sale. Reprezentanții sunt interpretați ca persoane liminale sau „prag” datorită faptului că identitatea lor se află *între ele* în timpul atelierului, în timp ce observatorii pasivi sunt analizați ca „martori publici”, care, doar prin prezența lor, contribuie la vindecarea (de grup) care are loc.

Capitolul 8 este dedicat așa-numitelor „propoziții vindecătoare”, adică propozițiilor pe care terapeutul le spune reprezentanților să și le spună unul altuia în timpul atelierului. În primul rând, folosind cadrul lingvistic, este explicat conceptul de limbaj. În continuare, analizând exemple de dialog atât din literatura primară, cât și din propria mea muncă de teren, voi demonstra că aceste „propoziții vindecătoare” pot fi într-adevăr considerate „utilizarea rituală a limbajului”.

Concluzia acestei teze, **Capitolul 9,** rezumă principalele rezultate ale cercetării și discută beneficiile participării la această metodă, în opinia practicienilor acesteia. Acest capitol final introduce, de asemenea, subiecte care ar putea fi explorate în cercetări viitoare.

Capitolul 2: **Dragoste și ordine**

Constelațiile familiale, denumite și „Ordinea iubirii”, reprezintă un model multigenerațional care propune ca membrii familiei să fie conectați printr-o „legătură profundă de iubire”. Aceasta înseamnă pur și simplu că familia este un sistem strâns legat. Potrivit lui Hellinger, atunci când sistemul familial este în „ordine”, fiecare membru al sistemului respectiv simte pace și stabilitate (Franke, 2017: 58). Când „ordinea” este perturbată, sistemul familial este în dezordine, iar acest lucru poate provoca apariția unui simptom în generațiile următoare.

Deoarece un simptom nu este nimic mai mult decât „o amprentă pe care trecutul a lăsat-o în câmpul relațional actual” (Francesetti și colab., 2013, citat în Vuksa, 2023: 198), cea mai semnificativă metodă de vindecare în psihoterapie este dialogul (Gunther, 2006: 129).

„Nu toate traumele duc la daune, oamenii supraviețuiesc și chiar prosperă”, scrie Gunther în

lucrarea sa din 2006 intitulată „Teroare, traumă și vindecare” (p. 125), adăugând că unul dintre moderatorii traumei este *sprijinul.* Aceasta înseamnă că gradul de izolare al unui individ este principalul factor care determină impactul pe care trauma îl va avea asupra sa. Cu toate acestea, ceea ce se întâmplă adesea atunci când o persoană suferă de o traumă este că simte rușine pentru nedreptatea pe care a trăit-o. Având în vedere că rușinea duce la sentimente de „inutilitate, inadecvare și/sau izolare”, așa cum scrie Lee (2003: 18), aceasta poate fi văzută ca un „fenomen relațional” (ibid., p. 9). Prin urmare, am putea concluziona că rușinea, care duce la izolarea de sistemul de sprijin după ce apare o traumă, este cea care provoacă daune și dă naștere unui simptom [3]. „O persoană care simte rușine din cauza faptului că este victimă (a abuzului sau nedreptății) are nevoie să fie văzută și înțeleasă în durerea sa și, prin această umilință, să își reabiliteze capacitatea de a fi iubită pentru ceea ce este cu adevărat”, scrie Jodorowsky (2009/2020: 186).

Dar cum se manifestă toate acestea într-un domeniu multigenerațional, unde simptomul nu provine din experiența individuală a unei persoane, ci din trecutul familiei sale? Într-o lucrare despre constelația familială, potrivit psihologului Ursula Franke [4], se pune un accent special pe persoanele excluse din sistem, care sunt uitate, despre care nu s-a vorbit deoarece erau tabu sau pe persoanele care au fost excluse pentru a face loc altora (2017: 14). Secretele [5], bolile, evenimentele traumatice precum războiul și moartea subită sau prematură sunt, de asemenea, luate în considerare (ibid.), deoarece acestea ar fi putut cauza o tulburare în sistemul familial.

Conform terapeutei gestalt Lidija Pecotic (2009), vindecarea este atribuită eliberării a ceva dăunător și supărător (în Vuksa, 2023: 88). În procesul de lucru cu constelația familială,

---

[3] Întrucât discutăm despre traume și simptome, merită să ne amintim că, pentru a folosi chiar cuvintele lui Hellinger: „Există așa ceva precum boala. Pur și simplu nu poți conecta totul la dinamica familială. Dacă încerci, înnebunești” (1998: 233).

[4] Franke a fost de fapt primul care a scris și a publicat o lucrare științifică despre metoda lui Bert Hellinger, sub forma unei teze de doctorat despre Constelațiile Familiale Sistemice în 1996. Traducerea în limba engleză a fost publicată în 2002 sub titlul „În mintea mea: Constelații Familiale în Terapia și Consilierea Individuală” de Carl-Auer Verlag.

[5] „Indiferent de situație, indiferent de greutatea aparentă pe care o poartă secretul, adevărul este întotdeauna preferabil tăcerii” (Jodorowsky, 2009/2020: 186).

secretul și rușinea sunt îndepărtate din sistemul familial prin recunoașterea lor [6].

În timp ce dezvolta și practica ulterior această metodă, Hellinger a observat anumite „legi naturale” care, în opinia sa, guvernează ordinea în fiecare sistem familial. Atunci când o tulburare în dinamica familială este făcută vizibilă de participanții la constelație, facilitatorul face intervenții terapeutice apelând la următoarele legi, pe care le voi explica mai târziu în acest capitol:

1. Toată lumea are dreptul egal de a aparține.
2. Există o ordine în ierarhia naturală a membrilor familiei.
3. Există un echilibru între a da și a primi.

Funcția acestor „legi” specifice este de a stabili și menține ordinea în sistemul familial. Întrucât „teoria” din spatele acestei metode de psihoterapie este centrată pe conceptul de „ordine” și „dezordine”, pentru a le interpreta într-o manieră cuprinzătoare, voi introduce mai întâi conceptele care mențin și guvernează ordinea în orice sistem - cele de dreptate și reciprocitate.

Justiție și reciprocitate

Pentru a urmări diferitele încarnări și semnificații ale conceptului de dreptate, care vor susține în același timp această teză, vom reaminti ce însemna „dreptatea” într-una dintre cele mai vechi civilizații umane. Egiptul Antic (3100-30 î.Hr.) era o societate ierarhică, în vârful căreia se afla Faraonul - care era întruchiparea Zeului Horus. În Faraon, pământul (individul, societatea și statul) era intrinsec legat de cel de dincolo (zeii). [7]Conform lucrării „ Dreptate: O introducere filosofică” (2001/2008), scrisă de filosoful și profesorul german Otfried Höffe, specializat în filozofie socială și filozofie a dreptului, conceptul de dreptate în Egiptul Antic lega, pe de o parte, ceea ce oamenii își datorează unii altora, cu, pe de altă parte, ceea ce își

---

[6] Legea „recunoașterii a ceea ce este” este legată de *teoria paradoxală a schimbării.* Conform lui Pecotic, prin recunoașterea a ceea ce este, puterea este returnată câmpului odată ce recunoaștem ceea ce este. Aceasta înseamnă că adevărul, atunci când este exprimat cu înțelepciune, susține puterea (citat în Vuksa, 2023: 161).

[7] Conceptul lor de dreptate, personificat în Zeița Ma'at, era nucleul moralității sociale, precum și al judecății divine în viața de apoi. Cele șapte principii ale lui Ma'at includ: Adevărul, Dreptatea, Armonia, Echilibrul, Ordinea, Corecția și Reciprocitatea. Toate acestea sunt incluse, într-un fel sau altul, în „cosmologia” muncii constelațiilor familiale.

datorează ordinii divine. Pentru a o traduce în contextul constelației familiale - ordinea în sistemul familial depinde de loialitatea membrilor familiei unul față de celălalt, precum și de loialitatea lor față de sistemul familial în ansamblu.

Similar conceptului din Egiptul Antic, Platon și mai târziu Aristotel consideră, de asemenea, dreptatea ca fiind principiul universal al ordinii.

Platon (secolul al V-lea î.Hr.) consideră dreptatea ca fiind o *conștiință socială* care „face ca o societate să fie armonioasă și bună pe plan intern” (Bhandari, 1998). Întruchipată în termenul *dikaisyne* (moralitate sau dreptate în greacă), „dreptatea” este o virtute umană care guvernează modul în care un individ se comportă și modul în care îi afectează pe ceilalți din jurul său. În contextul statului, așa cum scrie el în „Republica”, fiecare cetățean are propria sa datorie. Societatea se prăbușește atunci când „oamenii sunt în afara locurilor lor naturale, acolo coordonarea părților este distrusă” (ibid.). Definiția lui Platon asupra dreptății ar putea fi folosită pentru a ilustra a doua lege care guvernează sistemul familial: dacă membrii familiei nu sunt la locul lor, există dezordine în cadrul sistemului.

Aristotel (secolul al IV-lea î.Hr.), în teoria sa despre dreptate, regăsită în cartea a cincea a „Eticii Nicomahice”, a distins între două tipuri de dreptate. *Dreptatea completă sau generală* se manifestă în relațiile dintre oameni, care „promovează o viață bună și duc la fericire pentru membrii comunității politice în ansamblu” (Johnston, 2011: 64). *Dreptatea parțială sau particulară* are legătură cu beneficiile pe care indivizii le primesc (cum ar fi securitatea, bunurile materiale, onoarea), precum și cu poverile pe care le poartă. Pentru Aristotel, nedreptatea este atunci când o persoană primește o parte nedreaptă din aceste beneficii și poveri. Prin urmare, potrivit lui, dreptatea este *echitate* - „o reciprocitate în conformitate cu o proporție”, așa cum scrie Johnston (ibid., p. 67). În munca în constelația familială, această echitate este legată de a treia lege. Dacă fiecare persoană din sistem dă și primește în funcție de poziția sa în ierarhia sistemului familial, există echilibru și, prin urmare, ordine.

Conform lui Höffe (2001/2008), există trei relații primare: bărbat-femeie, părinți- copii și stăpân-rob, ca să folosim un termen hegelian pentru acesta din urmă. Din aceste relații se formează structurile societale de bază: familie -> clan -> stat (p. 64). Toate trei sunt alimentate și legitimate de obligațiile reciproce sau de reciprocitatea membrilor săi. Instituția

principală a unei societăți, care este în același timp o instituție economică, este familia sau gospodăria *(oikos* în greacă).

Pe lângă faptul că (se presupune) a definit cuvântul economie ca „administrarea casei” *(oikonomia* în greacă), Aristotel credea că specia umană este menită să trăiască într-o societate. Societatea, care în esență avea gospodăria, era o expresie a naturii umane. Prin urmare, scopul economiei, adică administrarea gospodăriei, era de a conserva societatea. Savanții medievali, pe lângă încercarea de a fundamenta creștinismul în logica aristotelică, printre alte demersuri intelectuale, au încercat și să analizeze conceptul de economie, adică schimb. În special, Sfântul Toma de Aquino, faimos pentru „Quinque viæ”, sau cele cinci dovezi ale existenței lui Dumnezeu, a propus că, dacă echilibrul dintre dăruire și primire sau reciprocitate nu este respectat, va apărea un conflict și societatea se va prăbuși (Hann și Hart, 2011).

„Reciprocitatea este liantul care ține societatea laolaltă”, scriu Kujala și Danielsbacka (2019), definind conceptul ca fiind „un sistem de drepturi și obligații pe care toate părțile implicate le consideră echitabile” (p. 210).

Conform celebrului eseu al lui Marcel Mauss din 1925, „Darul: Forma și motivul schimbului în societățile arhaice”, instituția darului a pus bazele unei societăți contractuale, deoarece stabilește obligații care îi leagă pe membrii săi între ei. În societățile arhaice, leagă familiile și clanurile, în timp ce în societatea modernă leagă individul de stat. În teorie, practica oferirii de cadouri este voluntară, dar în realitate, comportă o mare obligație. „Obligația de a da implică obligația de a primi; destinatarul se angajează din nou să facă o contraprestație față de dătător”, scrie Eriksen (2010: 182). Potrivit lui Mary Douglas, „întreaga societate poate fi descrisă prin catalogul de transferuri care cartografiază toate obligațiile dintre membrii săi” (Mauss, 1925/2002: xi).

Conform lui Eriksen (2010), „cadourile sunt integratoare social în același timp în care definesc și reconfirmă relații specifice dintre indivizi” (p. 184). Formarea familiilor fie prin căsătorie, fie prin descendență poate fi considerată o parte a unui schimb de cadouri (Kujala și Danielsbacka, 2019). Chiar și Lévi-Strauss considera universalitatea schimbului ca fiind o axiomă principală a teoriei sale despre rudenie (Eriksen, 2010). După cum explică Höffe: nou-

născuții neajutorați au nevoie de părinții lor; iar părinții, odată ce îmbătrânesc și devin neajutorați, au nevoie și de copiii lor deja mari. Bărbații și femeile au nevoie și ei unii de alții pentru a se reproduce. Reciprocitatea din aceste relații este ceea ce le face juste și, prin urmare, le legitimează (2001/2008, p. 210).

„Loialități ascunse” în sistemul familial

Toate conceptele introduse în partea anterioară - „dreptate”, „echitate”, „reciprocitate” și „echilibru” - sunt, de asemenea, centrale în **terapia contextuală** . Bazată pe etica relațională (a respectului reciproc și a reciprocității [8]), aceasta „postulează că corectitudinea și loialitatea joacă un rol major în dinamica familială integratoare” (Ducommun-Nagy, 2019: 575).

Această abordare, introdusă de psihiatrul maghiar-american Ivan Boszormenyi-Nagy, a influențat dezvoltarea constelațiilor familiale de către Bert Hellinger. Bazată pe **filosofia dialogică** a lui Martin Buber și pe conceptul său de relație Eu-Tu [9], acest tip de terapie familială se ocupă de patologia familială [10]- patologie, adică o „stare deviantă” (Boszormenyi-Nagy, 1970: 305), care este transgenerațională, adică apare în mai multe generații.

Întrucât studiul constelațiilor familiale se ocupă de sistemul familial, este o abordare sistemică. Aceasta înseamnă că se bazează pe teoria generală a sistemelor (GST), introdusă pentru prima dată în anii 1960 de biologul austriac Ludvig Von Bertalanfy. Această teorie, utilizată ulterior în cibernetică, psihologie, precum și în științe sociale, se bazează pe ideea că unitatea este alcătuită din diferite părți sau elemente unificate și interdependente. O schimbare a unui element are ca rezultat o schimbare a tuturor celorlalte. Un lucru important de reținut este că, conform acestei teorii: întregul este mai mare decât suma părților sale [11].

[8] „Singura măsură a egalității într-un parteneriat este sentimentul reciproc de echilibru și satisfacție” (Hellinger, 1998: 48).
[9] „Relația este reciprocitate” (Buber, 1923/1977, p. 16).
[10] „Patologia este un concept medical individual. Omologul său la nivel de sistem multipersonal trebuie definit ca o configurație relațională patogenă” (Boszormenyi-Nagy, 1973: 102).
[11] Conform fondatorului psihoterapiei gestalt, Fritz Perls (1947), atunci când a inventat termenul „holism”, Smuts a identificat lumea nu ca fiind „constată din atomi, ci structuri care au semnificații diferite de suma părților lor. Schimbarea poziției unei singure piese în «jocul de șah» ar putea însemna o victorie sau o înfrângere decisivă” (citat în Vuksa, 2023: 70).

Traducând acest lucru în constelații familiale, un sistem familial este compus din membri care sunt conectați și interacționează unii cu alții. Familia în sine este mai mare decât toți membrii familiei sale la un loc. În plus, modul în care aceștia se conectează și interacționează unii cu alții este la fel de important ca și prezența lor în sistemul familial respectiv.

Boszormenyi-Nagy și-a petrecut cariera tratând pacienți schizofrenici și familiile acestora. Prin practica sa psihiatrică, a observat modele implicite de comportament pe care le-a numit „loialități ascunse", care creează „încurcături sistemice" în sistemul familial. În timp ce fiecare persoană din sistem își poartă propria soartă, pentru a-l cita pe Hellinger: „cu toții împărtășim soarta și vinovăția familiei noastre" (1998: 67). Ceea ce se întâmplă adesea este că, deoarece a avut loc o „nedreptate" în trecut [12], un membru (mai tânăr) al unei familii își asumă rolurile, sentimentele, funcția și datoria morală a unui alt membru (mai în vârstă). Potrivit lui Boszormenyi-Nagy, sistemele relaționale au o ierarhie de obligații pe care a numit-o „bilanțul multigenerațional al meritelor și îndatorării" (1973:8). „Justiția" înseamnă atingerea echilibrului între obligațiile impuse și îndeplinite în cadrul sistemului (ibid., p.18). - sau, pentru a traduce acest lucru în limbajul constelațiilor familiale: Ordinea înseamnă atingerea echilibrului între schimburile transgeneraționale de idei. Conform lui Cohen (2006), acțiunile fiecărei persoane au inevitabil consecințe asupra celorlalți membri ai familiei, iar aceste consecințe „se transmit de la o persoană la alta și de la o generație la alta" (p. 4). Sănătatea familiei se stabilește odată ce se atinge echilibrul acelor „atitudini intergeneraționale" (Boszormenyi-Nagy, 1973: 22). În constelația familială se lucrează, conform lui Duncan (2017), atunci când membrii familiei, vii sau morți, „își asumă responsabilitatea pentru partea lor în toate problemele" (pp. 503-504).

Când privim familia ca pe o unitate terapeutică, atunci când toți membrii acesteia nu sunt incluși în tratamentul unității respective, acest lucru „va duce probabil ulterior la rezistențe și obstacole serioase în calea progresului terapiei" (Friedman și colab., 1970: 276). Dacă luăm definiția lui Lewis Henry Morgan privind rudenia: „un sistem care se transmite prin sânge" (1871:4) - sensul de „sânge" din genetică și biologie (așa cum este citat în Schneider, 1972:

---

[12] „Încălcarea dreptății ordinii umane fundamentale a unei persoane poate face din acel eveniment un punct central în jurul căruia se învârt destinele sale și ale relațiilor ulterioare ale urmașilor săi" (Boszormenyi-Nagy, 1973: 6).

257), și o aplicăm ca o definiție a ceea ce este o familie, am putea concluziona următoarele: Toți cei legați de familie prin „sânge” (copii, frați, surori, părinți, bunici, străbunici etc.) sunt incluși în sistemul familial.

Totuși, unitatea de terapie, conform lui Jackson și Satir (1961), include și „alte persoane semnificative care nu sunt înrudite, selecția depinzând de relații și nu neapărat de legăturile de sânge” (p. 276). Hellinger merge mai departe, incluzând atât membrii familiei care sunt în viață, cât și pe cei decedați. În plus, „orice alte persoane care s-au mutat pentru a face un loc cuiva în sistem... sau pe cineva de la care un membru al familiei a obținut un avantaj prin pierdere, nenorocire, plecare sau deces” (Hellinger, 1998: 152).[13]

La fel ca în sistemul de rudenie, unde avem așa-numita „mutualitate a ființei”, în sistemul familial există un concept de „pseudomutualitate”. Introdus de Wynne și colab. (1958: 220), acesta afirmă că „organizarea socială din aceste familii este modelată de o subcultură familială omniprezentă de mituri, legende și ideologie care subliniază consecințele grave ale divergenței recunoscute în mod deschis de la un număr relativ limitat de roluri familiale fixe și copleșitoare” (citat în Boszormenyi-Nagy, 1973: 4).

Mai presus de toate, sistemul familial este un sistem de repetiție - o repetare a tradiției, culturii, moștenirii etc., care curge de la o generație la alta, servind drept identificator, legând membrii grupului. Conform articolului lui Cohen din 2006 intitulat *„Constelații familiale:* un proces fenomenologic sistemic inovator de grup din Germania”, fiecare sistem familial are această conștiință de grup inconștientă care „reglează vinovăția și inocența [14]” grupului pentru a „proteja supraviețuirea grupului” (p. 5). „Trebuie să fiți ca noi”, spune grupul. În vremurile arhaice, a fi alungat din sat însemna a muri de frig, foame sau atacuri de animale, în timp ce în timpurile moderne, a fi exclus din familie are consecințe economice și sociale mai puțin periculoase pentru viață, dar totuși traumatice. Știind care ar putea fi alternativa

---

[13] „Este obișnuit ca persoanele care au un avantaj în detrimentul altcuiva să încerce să își limiteze avantajul sinucigându-se, îmbolnăvindu-se sau făcând ceva care să le aducă vina pe ele însele, iar apoi să suporte consecințele” (Hellinger, 1998: 24-25).

[14] „Astfel, vinovăția și inocența nu sunt același lucru cu binele și răul. Facem lucruri distructive și rele cu o conștiință curată atunci când acestea servesc grupurilor necesare pentru supraviețuirea noastră și întreprindem acțiuni constructive cu o conștiință vinovată atunci când aceste acte ne pun în pericol apartenența la aceleași grupuri” (ibid., p. 10).

pentru ei, membrii grupului se conformează și repetă ciclul (Jodorowsky, 2009/2020, pp. 147-8).

Deoarece sistemul familial este relativ static în ceea ce privește rolurile și așteptările, orice schimbare amenință status quo-ul său. După cum explică Boszormenyi-Nagy în cartea sa din 1973, „Loialități invizibile”, „deși pierderea prin moarte, exploatare și creșterea fizică sunt inevitabile ale schimbării, fiecare mișcare către maturizarea emoțională reprezintă o amenințare implicită de neloialitate față de sistem. Supraviețuirea nealterată a sistemului este, așadar, scopul contextual al așteptărilor, obligațiilor și loialității interconectate” (p.4). Jodorowsky (2009/2020) ilustrează acest lucru cu un exemplu din Egiptul antic: un faraon tiran nedrept nu ar fi pedepsit pentru greșelile sale prin asasinare, ci prin ștergerea din istorie. În mod similar, familiile „pedepsesc” pe cei pe care îi consideră vinovați de un conflict emoțional, ștergându-i din istoria familiei - nevorbind despre ei și uneori nici măcar nemenționându-le numele (ibid., p. 102). Fie că este vorba de un avort, o aventură extraconjugală, orientare sexuală, un copil născut în afara căsătoriei, o moarte prematură, o crimă, internarea într-o instituție de boli mintale sau pur și simplu faptul că este oaia neagră, principalul motiv pentru care un membru al sistemului familial este exclus este din cauza sentimentelor de rușine extremă și/sau durere pe care ceilalți le simt față de el sau ea.

Conform lui Hellinger (1998), „apartenența cere excluderea celor care sunt diferiți” (p. 10). În mod ironic, recunoașterea celor care aparțin, dar au fost excluși din sistemul familial, este unul dintre pașii către vindecare în lucrul cu constelația familială.

„Recunoașterea a ceea ce este”

Așa cum am menționat la începutul acestui capitol, sistemul familial este guvernat de trei legi. În timpul lucrului cu constelația, terapeutul își face intervențiile, ghidat de legea apartenenței, ierarhiei și echilibrului, pentru a aduce schimbare în narațiunea și dinamica familiei clientului.

Prima lege, **Legea Apartenenței** , prevede că fiecare persoană are dreptul egal de a aparține. Oricine a făcut parte din sistemul familial are dreptul de a aparține sistemului familial.

Dinamica familiei este modificată atunci când un membru este, din orice motiv, exclus sau șters. Pentru a rezolva constelația, toți cei care au fost excluși trebuie recunoscuți ca parte a sistemului.

A doua lege, **Legea Ierarhiei** , înseamnă că există ordine în ierarhia naturală a membrilor familiei în ceea ce privește timpul, adică ordinea nașterii. Toată lumea nu numai că are dreptul egal de a aparține, dar, în funcție de momentul în care se naște, are o poziție exactă în sistemul familial: cei care au venit primii sunt primii, cei care au venit al doilea sunt al doilea și trebuie recunoscuți ca atare. Hellinger (care a fost un fost preot catolic) adaugă și următoarea observație empirică: Bărbatul (soțul) ocupă prima poziție în familie, dar lucrează în slujba femeii (soției).

Noile relații au, de asemenea, „o prioritate față de sistemele mai vechi" (ibid., p. 108). Aceasta înseamnă că, dacă un bărbat divorțat se recăsătorește cu noua sa soție ar avea prioritate. Cu toate acestea, în sistemul familial, ea va trebui recunoscută drept „a doua soție" - deoarece acesta este locul ei, iar fosta soție ar trebui recunoscută drept „prima soție" a soțului. Când vine vorba de copii, de exemplu, dacă un cuplu, din orice motiv, face un avort și apoi are un copil - acel copil viu ar trebui recunoscut drept „al doilea copil", în timp ce copilul avortat ar trebui recunoscut drept „primul copil" al cuplului [15]. Dacă prima soție sau primul copil nu este recunoscut ca atare, conform acestei abordări, un simptom ar putea apărea ulterior.

A treia lege, **Legea Echilibrului** , înseamnă că în fiecare sistem familial există nevoie de echilibru: un echilibru între a da și a primi. Luând în considerare legile anterioare, filosofia constelațiilor familiale nu neagă consternarea lui Leach conform căreia majoritatea relațiilor umane sunt asimetrice, ba chiar o confirmă. Reciprocitatea dintre perechile diadice normale dintr-o familie (soț/soție, părinte/copil, frate/sora mai mare/mic, frate/soră) nu este, de regulă, „nici imediată, nici completă" (Leach, 1982: 152).

Deși schimbul în cadrul parteneriatelor intime este considerat „egal - deși diferit" (Hellinger,

---

[15] Conform lui Hellinger, unul dintre motivele pentru care avorturile pot cauza tulburări în sistemul familial este acela că reprezintă „un exemplu extrem de a da și a primi, deoarece copilul dă totul, iar părinții iau totul" (1998: 58). În plus, el observă că faptul că a avut loc un avort nu ar trebui să-i privească pe copii (în viață), deoarece „nu este treaba lor. Este ceva privat între părinți și ar trebui să rămână acolo" (ibid.).

1998:18), când vine vorba de reciprocitatea dintre generații, aceasta nu este „reciprocă": merge doar într-o singură direcție. Reciprocitatea merge înainte: *părinții dau, copiii primesc.*[16]

Bunurile care sunt schimbate în cadrul sistemului familial reprezintă însăși viața. S-ar putea crede însă că, având în vedere toate aceste reguli, copiii sunt datori față de părinții și strămoșii lor, fără a avea cum să le ramburseze datoria. Tehnic vorbind, acest lucru ar putea fi considerat adevărat, deoarece ei nu pot da înapoi aceleași bunuri (viața) - deoarece copiii nu sunt cei care dau naștere părinților. Cu toate acestea, de multe ori, copiii, în „dragostea lor oarbă", încearcă să facă exact asta.

Acționând din iubire, copiii (mici) sunt dispuși să-și urmeze părinții în suferință, uneori chiar până la moarte. Potrivit lui Hellinger, acest lucru se face de obicei inconștient, deoarece „ei perpetuează nenorocirile părinților lor copiându-i" (ibid., p. 93).

„Dragostea oarbă ne leagă unii de alții și de trecutul nostru. Dragostea matură ne eliberează", scrie Hunter Beaumont, un elev al lui Hellinger, în cartea sa „Către o psihoterapie spirituală" (2012/2014, p. 38). Dezvoltând în continuare acest concept, în capitolul său intitulat „Cum își nasc copiii părinții":

> *Uneori, copiii se uită la părinții lor și se gândesc: „Pentru că îi iubesc, trebuie să renunț la dorința inimii mele ca să nu-i rănesc". Durerea părinților noștri ne doare, fie că este resimțită ca vinovăție sau ca empatie. Când copiii încearcă să-și scutească părinții de durere și ajung să renunțe la ceea ce este bine pentru propriile suflete, aceasta este o iubire nepotrivită. Ce tată sau mamă i-ar putea spune copilului lor, cu inima deschisă și conștiința curată: „Ar trebui să te rănești și să-ți împovărezi viața ca să nu fiu nevoit să experimentez durere"?* (p. 86)

Hellinger susține că tot ce își doresc părinții de la copiii lor este recunoștință pentru viața pe care au primit-o. „Exprimarea recunoștinței autentice este o altă modalitate de a echilibra a da și a primi pentru cei care trebuie să ia mai mult decât pot oferi în schimb" (Hellinger, 1998:

[16] „Printre lucrurile pe care părinții nu trebuie să le dea copiilor lor și pe care copiii nu trebuie să le ia se numără datoriile, bolile, obligațiile, poverile împrejurărilor, nedreptățile suferite sau comise și orice privilegii dobândite prin realizări personale" (Hellinger, 1998: 100).

16).

Un exemplu foarte clar în acest sens poate fi găsit în constelația familială a unei femei pe nume Carol, în timpul atelierului lui Hellinger din 1996, la Londra. Clienta, Carol, este o femeie necăsătorită și fără copii, care a raportat că suferă. Cu un an înainte, ea a stabilit o constelație familială, dar mulți membri lipseau, iar ea a raportat că există un „văl întunecat de secret în familia ei, care îi aduce durere”. Următorul fragment este de la sfârșitul constelației:

> **Hellinger:** *Spune-i* [tatălui decedat]: *„Te respect ca tată.”* **Carol:** *Te respect ca tată*
> **Hellinger:** *„Te voi iubi mereu ca pe un tată.”* **Carol:** *Te voi iubi mereu ca pe un tată.*
> **Hellinger:** *„Te rog să mă binecuvântezi dacă voi rămâne* [în viață]. *”*
> **Carol:** (începe să plângă) *Și te rog să mă binecuvântezi dacă rămân.* **Tatăl:** *Vreau să rămâi și îți dau binecuvântarea mea.*
> **Hellinger:** *Spune-i: „Ești încă prezent pentru mine.”* **Carol:** (plângând) *Încă ești prezent pentru mine.*
> **Hellinger:** *„Viața ta continuă în mine.”* **Carol:** *În mine, viața ta continuă.*
> **Hellinger:** *„Te respect rămânând.”* **Carol:** *Te respect rămânând.*

- „Atingând dragostea” (1999:24-25)

După cum putem vedea în această vinietă a atelierului, terapeutul (în acest caz, Hellinger) a introdus o intervenție pentru a rezolva constelația clientului (în acest caz, a lui Carol). În exemplul de mai sus, aceasta se desfășoară sub forma unui dialog între reprezentantul copilului și reprezentantul părintelui. Aceste așa-numite „propoziții vindecătoare” sunt folosite pentru a încuraja reprezentantul părintelui să-i dea copilului permisiunea de a-și trăi viața, iar copilul, la rândul său, să-i mulțumească părintelui pentru viața care i-a fost dată. Conform lui Hellinger: „Copiii trebuie să se diferențieze de părinții lor și să recunoască limitele drepturilor și responsabilităților lor. Și acest lucru arată respect și dragoste pentru părinții lor.” (p. 101).

Dacă încadrăm „legea echilibrului” în termenii conceptului lui Mauss despre dăruire, obligația copiilor de a primi darul (viața) constă în recunoașterea părinților lor așa cum sunt, recunoașterea destinului lor, precum și acceptarea vieții pe care au primit-o de la părinte, cu recunoștință. Strămoșii și părinții nu cer copilului să-i urmeze orbește în moarte sau să le reproducă destinul, ei cer doar recunoaștere, precum și recunoștință pentru viața pe care au primit-o.

Totuși, când vine vorba de *obligația de a oferi din nou cadouri,* ce trebuie să facă copiii?

Conform „legilor universale” ale constelației familiale (cele ale apartenenței, ierarhiei și echilibrului), într-un sistem familial care curge cu iubire „matură” sau „iluminată”, așa cum o numește Beaumont, copiii nu sunt obligați să dea înapoi părinților în mod specific, ci sistemului familial. Dacă privim un sistem familial sub forma unui sistem de schimb, schimbul nu se întâmplă instantaneu, ci generațional. Potrivit lui Cronk (2012), ideea *de* a dărui este în centrul schimbului reciproc: prin dăruirea vieții copiilor, părinții se asigură că sistemul familial se susține, deoarece acei copii vor dărui viață propriilor copii și așa mai departe.

Pe lângă prelungirea duratei de viață a familiei, darul (vieții) are și un rol de integrare socială, deoarece „definește și reconfirmă relațiile specifice dintre indivizi” (Eriksen, 2010: 184). Devenind părinți, femeia și bărbatul își asumă un nou rol și o nouă identitate - cea de mamă și tată. Relația lor este, de asemenea, legitimată, descendenții fiind acum legați între ei, iar sistemul lor familial fiind reconfigurat și, în mod ideal, „curgând de iubire”.

Totuși, dacă „ordinea naturală” din familie este perturbată, din orice motiv, sau când există o abatere la o generație anterioară, aceasta o afectează pe cea prezentă - provocând simptome precum depresia, bolile mintale și fizice, chiar gânduri sau tentative de suicid. La fel cum un dar, adică viața, poate fi transmis din generație în generație, tot așa „păcatele tatălui se pot abate asupra fiilor, fiicelor și altor rude, care apoi trebuie să sufere efectele” (Sahlins, 2011b: 232). Ilustrat în cazul tribului Nyakyusa din Tanzania, așa cum a fost cercetat de M. Wilson (1959: 162), aceste efecte „se extind cel puțin la strănepoții care se îmbolnăvesc pentru că străbunicul lor a vărsat sânge sau a comis o altă greșeală gravă” (ibid).

O tulburare poate apărea din cauza „loialității oarbe”, adică a identificării subconștiente, pe care o simte un copil față de un anumit membru exclus al familiei sau chiar față de familie în ansamblu. Atunci când loialitatea oarbă este îndreptată către părinte(i), aceasta se manifestă prin asumarea inconștientă de către copil a poziției de părinte, adică prin parentificare. Dacă nu sunt rezolvate, astfel de patologii vor continua să se manifeste în generațiile următoare, pe măsură ce sistemul încearcă să se îndrepte.

Prin urmare, munca prin constelații familiale este considerată o modalitate de a dezvălui și

rezolva acele „încurcături” sistemice inconștiente, prin recunoașterea locului cuvenit al fiecăruia în familie, ceea ce restabilește echilibrul dintre schimburi și primiri în cadrul sistemului și permite așa-numitei „iubiri iluminate” să curgă.

Capitolul 3: **Structură și simbolism**

În capitolul anterior am discutat teoria din spatele acestei metode psihoterapeutice. Am explicat ce este un sistem familial - un sistem de membri (ai familiei) care sunt conectați și interacționează unii cu alții și ce legi operează în cadrul acestuia și îl guvernează - legea apartenenței, ierarhiei și echilibrului. Mai mult, am descoperit că, pe lângă dinamica familială vizibilă, membrii unui sistem familial au și o „dinamică familială ascunsă” - care poate fi descoperită în cadrul atelierelor de constelații familiale. În acest capitol, voi folosi această teorie descriind cum arată această metodă în practică.

Un atelier de constelație familială [17]se desfășoară într-un cadru de grup (de obicei format din persoane fără legătură de rudenie). Participanții săi sunt:

- **Terapeutul** sau **Facilitatorul** , care conduce atelierul;
- **Clientul** sau **Persoana care a deținut problema** , care vine la atelier cu o problemă persistentă pe care dorește să o abordeze;
- **Reprezentanții** , care se oferă voluntari să reprezinte membrii familiei clientului. Dacă este necesar, aceștia pot reprezenta și persoane din afara familiei, precum și națiuni, anumite credințe sau chiar concepte abstracte [18];
- + **Publicul** , adică restul grupului, care nu participă activ, ci observă în tăcere.

De menționat este faptul că în psihoterapia individuală există o versiune individuală a acestei metode, cu doar **terapeutul** și **clientul** . În loc să se „folosească” oameni ca reprezentanți **, se folosesc obiecte** precum bucăți de hârtie, cărți de joc, păpuși sau marionete, perne sau chiar pantofi.

---

[17] Deși cea mai comună aplicație a constelațiilor familiale este în relație cu sistemele familiale, această metodă poate fi utilizată pentru a configura constelații de organizații, afaceri, cluburi etc. Acestea sunt numite „constelații organizaționale”.
[18] „Trauma războiului” este un concept abstract recurent, foarte popular, în special pentru clienții din fosta Iugoslavie ale căror familii au trăit războaiele din anii '90 .

Există un articol interesant din 2001 scris de muzicterapeutul Tonius Timmermann, în care instrumentele muzicale sunt folosite ca obiect de reprezentare în constelațiile familiale. Această alegere nu numai că a dezvăluit imaginea interioară pe care clientul o avea despre dinamica familială, dar a făcut-o și audibilă.

Fluxul atelierului

Constelația începe cu întrebarea făcută de terapeut cine se oferă voluntar să fie clientul. După ce clientul este selectat, terapeutul și clientul intră într-un dialog în fața restului grupului.

Terapeutul întreabă ce problemă dorește clientul să abordeze sau să clarifice pentru sine. Apoi, pune întrebări legate de familia de origine a clientului [19], precum și de familia actuală/familia de procreare a clientului [20], în cazul în care clientul este căsătorit și/sau are copii. Accentul se pune pe familia clientului, conexiunile romantice semnificative, evenimentele și pierderile din timpul vieții sale, precum și înainte de naștere [21]. Scopul acestei anchete este de a ajuta terapeutul să înțeleagă ce s-a întâmplat în acea familie și, prin urmare, cine a fost exclus din sistem. Informațiile pe care le oferă clientul ar trebui să fie fapte concrete, fără prea multe detalii. Cu cât participanții știu mai puține informații, cu atât mai bine. Conform lui Hellinger (1998): „Descrierile caracterului și evaluările oamenilor sunt întrerupte deoarece aceste informații influențează reprezentanții și interferează cu reacțiile lor spontane la constelație" (p. 252). Prin oferirea a prea multe informații, există riscul unor interpretări, iar reprezentanții și-ar putea pierde poziția neutră și „postura fenomenologică".

[19] Familia de origine include: frații/surorile, părinții, frații/surorile părinților (toate mătușile și unchii), bunicii/bunicii și, în cazul unor sorți dramatice, stră-bunicii/străbunicii + orice foști parteneri ai părinților și bunicilor clientului.

[20] Familia procreației include: soțul/soția/partenerul clientului, copiii acestora + orice foști parteneri și/sau copii dintr-o fostă căsnicie sau relație.

[21] Există cazuri în care persoane din afara sistemului familial devin parte a sistemului. Acest lucru se întâmplă cel mai adesea în narațiunile victimei/agresorului - victima devine parte a sistemului familial al agresorului și invers. Potrivit lui Cohen: „Dacă cineva își face loc, se sacrifică sau este victimizat în beneficiul familiei sau comite o crimă sau o atrocitate împotriva familiei, acea persoană poate deveni parte a sistemului" (2006: 5).

Printre întrebările pe care terapeutul le-ar putea pune se numără următoarele:

A fost cineva din familia ta...?	**Tu sau cineva din familia ta a...**
☐ A muri în timpul nașterii? ☐ Ați suferit o boală sau o dizabilitate ca urmare a nașterii unui copil? ☐ Să-și găsească viața în pericol în timpul nașterii? ☐ Să se sinucidă? ☐ A servi sau a muri în serviciul militar? ☐ Să mori pe neașteptate?	☐ Ai un copil născut mort? ☐ Ai făcut un avort sau o pierdere de sarcină? ☐ Ai un copil nelegitim? ☐ Ai un fost soț/o fostă soție, logodnic/ă, partener/ă sau iubit/ă? ☐ Ai un copil abandonat? ☐ Ai avut o naștere dificilă? ☐ Ai experimentat separarea de mamă la o vârstă fragedă? ☐ Ai trăit un eveniment traumatic sau care i-a pus viața în pericol în copilărie? ☐ Aveți o boală gravă și/sau de lungă durată? ☐ Aveți o dizabilitate fizică sau mentală? ☐ Tentativă de sinucidere?

După ce terapeutul obține suficiente informații, el sau ea decide dacă constelația va începe cu familia de origine sau cu familia de procreare. Constelația începe ca un sistem simplu, cu un număr minim de participanți, iar apoi, dacă este necesar, terapeutul introduce treptat noi membri, iar constelația devine din ce în ce mai mare.

Apoi, din restul grupului, clientul alege voluntari care să-i reprezinte pe membrii familiei sale. Reprezentanții sunt selectați aleatoriu, fără nicio intenție anume. De fapt, este preferabil atunci când nu se iau în considerare factori externi precum vârsta, tipul de corp sau culoarea ochilor și a părului etc. Unii practicieni afirmă că este mai bine atunci când nu există amestec de sexe: femeile din grup ar trebui să joace roluri de membre feminine ale familiei, iar bărbații din grup roluri de membri masculini ai familiei. Cu toate acestea, în practică, este de fapt irelevant cine este ales pentru un anumit rol.

Dacă și când persoana aleasă acceptă rolul de reprezentant al unui anumit membru al familiei, membrul grupului este „deposedat” de propria identitate. De obicei, acest lucru se

face verbal, clientul întrebând în mod explicit:

„Acceptați ___ (introduceți numele) *rolul de* ___________ (introduceți titlul de membru al familiei mele) *? ”*

Persoana poate accepta sau refuza această responsabilitate. De cele mai multe ori acceptă [22]. Apoi, clientul stă în spatele reprezentantului, își pune mâinile pe umerii acestuia și îi plasează, unul câte unul, în spațiu, în relații unul cu celălalt, fără a vorbi, în funcție de cum s-a „simțit” în familie. Procesul de acceptare a unei noi identități și de a fi pus în relație cu alți reprezentanți reprezintă primul pas către retragerea în interior și renunțarea la vechile imagini și idei despre propria familie. În timpul procesului de instalare, reprezentanților li se cere să acorde o atenție deosebită indiciilor subtile privind modificările stării lor fizice sau emoționale. Orice imagini care ar putea apărea, sunete sau cuvinte care s-ar putea sugera sunt utile de raportat, chiar dacă nu au sens (Hellinger, 1998: 252-253).

Clientul face apoi un pas înapoi și se alătură restului grupului - și apoi, pe măsură ce reprezentanții devin un model viu al sistemului familial al clientului, începe „spectacolul”.

Conform lui Cohen (2006), „Timp de câteva minute, scena este una de nemișcare și tăcere. Facilitatorul observă și așteaptă” (p. 5). După un timp, terapeutul începe prin a cere fiecărui reprezentant să relateze pe scurt cum se simte în poziția sa și în relație cu ceilalți.

Reprezentanților li se cere doar să își raporteze sentimentele interioare imediate, dar nu și să le interpreteze. Întrucât munca cu constelația familială este o „abordare fenomenologică” - necesită doar să fii prezent și în ton cu ceea ce se întâmplă în „teren”. Prin asumarea rolului de client sau al unui membru al familiei sale - fie familia de origine (mamă, tată și frați), fie familia actuală (soț/soție și copii), fiecare reprezentant „devine un fel de «mediu» pentru emoții, conexiuni și, uneori, fapte istorice ascunse până acum” (Sax, Weinhold & Schweitzer,

---

[22] În timpul muncii mele de teren, am fost martor la o situație foarte particulară. Constelația a fost realizată printre studenții gestalt din Malta. Clienta avea doi bunici - unul dintre ei era evreu, iar celălalt era nazist. În mijlocul constelației, terapeutul a vrut să adauge reprezentantul bunicului nazist. Ea a întrebat grupul: „Cine vrea să preia rolul bunicului?” Grupul a tăcut. Abia după câteva minute, un bărbat s-a oferit voluntar, iar constelația a continuat. Pe măsură ce munca continua și realizând că încă există dezordine în sistem, terapeutul a vrut să adauge reprezentanți pentru „Război” și „Închisoare” - deoarece bunicul menționat anterior nu numai că a participat la al Doilea Război Mondial, dar a fost și aruncat în închisoare ca urmare. „Am nevoie de doi voluntari”, a spus facilitatorul. Instantaneu, zece persoane s-au oferit voluntare!

2010: 72). Reprezentanții par a fi „mișcați”: încep să gândească, să simtă emoțiile, temerile și dorințele care nu îi reflectă pe ei, ci pe membrul familiei pe care îl reprezintă și despre care adesea nu știu nimic (Franke, 2017: 7) - în afară de puținele fapte pe care clienții le-au spus grupului la începutul sesiunii.

Pe măsură ce se întâmplă acest lucru, ei devin un model viu al sistemului familial al clientului, radiind dinamica familială ascunsă. Adevărata poveste a familiei este exprimată și văzută clar, poate chiar pentru prima dată. După ce dinamica ascunsă iese la iveală, următorul pas este căutarea unei rezoluții (Cohen, 2006: 5).

Ghidați de terapeut, reprezentanții se mișcă și interacționează unii cu alții sub formă de dialog sau chiar atingere. Conform lui Timmermann (2001), „fie terapeutul experimentează schimbând pozițiile reprezentanților, fie reprezentanții înșiși își urmează intuiția și se schimbă în direcția în care sunt atrași” (p. 3). În timp, prin repoziționarea reprezentanților în spațiu și prin adăugarea de membri ai sistemului care au fost fie uitați, fie șterși din istoria familiei, începe să apară o posibilă rezoluție. Această rezoluție se manifestă psihic ca „relaxare” a tuturor celor implicați în constelație (Hellinger, 1998: 187). Rezoluția nu este scrisă de terapeut și nici dirijată de acțiunile reprezentanților, „ei par să iasă spontan din constelația însăși”, scrie Cohen (2006: 4).

Când fiecare reprezentant simte că se află la locul său potrivit, în funcția corespunzătoare și simte pace, iar toată lumea este de acord asupra armoniei sistemului, lucrarea poate fi încheiată. La sfârșitul unei constelații, se rostește o „propoziție, un cuvânt sau o mișcare vindecătoare. Uneori, clientul își ia locul în constelație, înlocuindu-și reprezentantul. Această înlocuire permite clientului să perceapă cum este să facă parte dintr-un sistem reconfigurat, care este acum pus în ordine. Când toată lumea se simte confortabil la locul său, constelația este încheiată [23]. Potrivit lui Hellinger, „constelațiile care se rezolvă sunt adesea atât de puternice încât continuă să producă schimbări timp de mai mulți ani” (ibid., p. 252).

[23] Merită menționat faptul că o concluzie nu este întotdeauna posibilă. Nu este treaba terapeutului să găsească o rezoluție atunci când aceasta nu apare de la sine, avertizează Hellinger (1998: 261-262).

Semnificația spațiului

„Constelația familială a existat înaintea mea, doar am întâlnit-o”, a spus Hellinger odată, într-o formă celebră. Deși nu a inventat în niciun caz o metodă nouă, el a integrat diverse elemente într-o abordare coerentă. Termenul „Constelații familiale” a fost folosit pentru prima dată de psihoterapeutul austriac Alfred Adler, referindu-se la fenomenul în care fiecare individ aparține și este legat în relație cu ceilalți membri ai sistemului său familial. În cartea sa din 2017, „Râul nu privește niciodată înapoi: Fundamente istorice și practice ale constelațiilor familiale ale lui Bert Hellinger”, Ursula Franke scrie că metoda lui Hellinger, pe lângă faptul că folosește terapia contextuală a lui Ivan Boszormenyi-Nagy în abordarea sa, se bazează în mare măsură pe psihodrama lui Morenos și pe sculpturile familiale ale Virginiei Satir:

- **Psihodrama** este un tip de terapie de grup dezvoltată de psihiatrul romano-american Jacob Levy Moreno în anii 1920 și 1930. În cadrul acestei tehnici, clientul atribuie membrilor familiei rolul de a interpreta alte roluri în cadrul familiei pentru a ajuta la descoperirea dinamicii familiale inconștiente. Conform lui Franke (2017), informațiile emoționale sunt „expuse” pe o scenă în fața unui public.
- **Sculptura familială** este, de asemenea, o formă de terapie familială de grup, dezvoltată de psihoterapeutul familial Virginia Satir în anii 1960. În cadrul acesteia, clientul „sculpta” postura fizică a reprezentanților. Prin plasarea oamenilor în poziții fizice, Satir a observat că aceștia experimentează apoi sentimente asociate cu aceasta. La fel ca în psihodramă, clientul și familia sa lucrează împreună, reproducând conexiuni emoționale sub formă de mișcări. Principala diferență este că contextul terapeutic este transformat dintr-unul teatral într-unul simbolic (ibid., p. 35).

Lucrul cu constelații familiale a modificat unele aspecte cheie ale metodelor menționate mai sus pentru a se potrivi propriei narațiuni. În loc să lucreze cu membri reali ai familiei, acesta utilizează reprezentanți. În plus, deși reprezentarea vizuală joacă un rol cheie, spre deosebire de cele două tehnici pe care se bazează, participanții la lucrul cu constelații familiale sunt tăcuți și nemișcați, nu întreprind nicio acțiune pe cont propriu. Potrivit lui Cohen (2006), acest „proces elimină «drama» din psihodrama lui Moreno și «sculptura» din sculptura familiei a

lui Satir" (p. 4). În schimb, participanții își permit să simtă și să relateze despre dinamica familială pe care o experimentează pe „teren" în acel moment exact. Potrivit lui Hellinger, „constelațiile sunt imagini, ca niște instantanee a ceea ce a fost și ar putea fi" (1998: 258). Când reprezentanții vorbesc sau se mișcă, este ca răspuns la intervenția terapeutică a facilitatorului. Scopul principal al experimentării cu configurații spațiale este de a crea o imagine vizuală a unei rezoluții pe care clientul o va vedea în loc de imaginea problemei cu care a venit (Franke, 2017: 7). Conform lui Sethi (2021), lucrul cu constelațiile familiale permite oamenilor să își restructureze perspectiva și, procedând astfel, să își schimbe povestea.

Lucrul cu constelația familială se face în poziție verticală, deoarece prin experiență s-a ajuns la concluzia că ridicarea în picioare susține fenomenele energetice de canalizare a informațiilor din „câmp".

Teoria câmpului , așa cum a fost dezvoltată de psihologul gestalt Kurt Lewin, propune ca un câmp energetic să conecteze clientul și terapeutul (întâlnirea terapeutică) sau membrii grupului cu mediul în care sunt prezenți în acel moment specific, „aici și acum" - și, conform lui Mann (2010: 111), nici persoana(ele), nici mediul înconjurător nu pot fi privite izolat. Câmpul este spațial: odată ce apare, „îl percepem între noi și în jurul nostru: este actualizat și dă formă experiențelor noastre", scrie terapeutul gestalt Gianni Francesetti în articolul său din 2015 intitulat „De la simptome individuale la câmpuri psihopatologice" (pp. 6-7). Atât terapia gestalt, cât și constelația lucrează cu acest câmp.

Câmpul poate fi numit și „câmp morfic", „câmp relațional", „câmp fenomenologic" sau, pur și simplu, „sistem". Întrucât fiecare sistem face un efort să se susțină, câmpul, odată format, are tendința de a se susține și el. În momentul în care se formează un câmp, legile care se manifestă în el încep să opereze. De fapt, nu există un singur câmp, ci multe câmpuri diferite. Potrivit lui Francesetti, „fiecare situație relațională actualizează un câmp nou, original" (2015: 5).

Câmpul este un câmp informațional și are atât memorie, cât și influență. Memoria câmpului amintește de conceptul lui C. G. Jung despre „inconștientul colectiv". Ipoteza sa afirmă că „inconștientul colectiv" conține informații pe care o persoană nu le-a dobândit individual prin

propria experiență, ci prin ereditate (1980: 42). Potrivit biochimistului și cercetătorului în parapsihologie Rupert Sheldrake, aceasta înseamnă pur și simplu că „fiecare grup social are un fel de memorie". Teoria sa de „rezonanță morfică" descrie informațiile dintr-un câmp care sunt „transferate de la un sistem anterior la unul ulterior de același fel" [24]. Într-o conversație cu Claus Schamer, Sheldrake însuși a spus că, deoarece Hellinger consideră că „câmpurile familiale au o memorie inerentă, că structura câmpului depinde de ceea ce s-a întâmplat în generațiile anterioare din familie", el este cel mai apropiat de „ceea ce fac eu din câte am întâlnit în ceea ce privește aplicarea teoriei câmpului social la grupurile sociale" (1999: 15).

Traducând aceasta în limbajul constelațiilor familiale, generațiile prezente sau chiar viitoare pot experimenta treburile neterminate și traumele generației anterioare. Prin urmare, acest „nod" din „câmp" continuă să fie transmis mai departe până când, în cele din urmă, într-un câmp, este „descurcat". Ca să-l citez pe Francesetti (2012): „Durerea este transferată până când este transformată" (p. 12).

Afacerea neterminată este mai întâi recunoscută și exprimată, apoi este pusă la locul ei în sistemul familial - unde îi este locul. Procedând astfel, următoarea generație este eliberată de sarcina de a o rezolva.

Hellinger a observat prezența câmpului, pe care l-a numit „câmpul cunoașterii", și l-a folosit în această metodă. Scopul final în lucrul cu constelațiile este de a rearanja narațiunea existentă și de a găsi propriul loc în acel sistem. Acest lucru este realizat de reprezentanți, care, ghidați de terapeut, experimentează constant cu poziția lor în raport unul cu celălalt în spațiul fizic pe care îl ocupă, până când se stabilește ordinea.

Capitolul 4: **Cosmologia metodei lui Hellinger**

După cum am menționat anterior, înainte de a deveni psihoterapeut, Hellinger a lucrat ca preot catolic timp de 25 de ani, petrecându-i 16 în provincia Kwazulu-Natal din Africa de Sud. În timp ce lucra acolo în anii '50 și '60 ca misionar, a fost și profesor în școlile secundare din

[24] Acest transfer de informații este „atât relațional, cât și biologic" (Francesetti, 2015: 13).

Durban (Champetier de Ribes, 2020). În timpul șederii sale, a devenit fluent în limba zulu și, în acest proces, s-a familiarizat cu obiceiurile, ritualurile și muzica zulu. Când a fost întrebat despre influența experienței sale printre zulu asupra dezvoltării muncii în constelațiile familiale, Hellinger a spus:

> *„În esență, am observat doar că nu am văzut sau nu am auzit niciodată o persoană Zulu spunând ceva despre părinții săi fără să fie respectuoasă. Pentru ei, părinții rămân cei mai importanți. Acest lucru se bazează pe faptul că viața este pe primul loc. Este cel mai înalt dintre toate binele.”*
>
> *Ori de câte ori vedeam pe cineva stând pe stradă așteptând un autobuz și îl întrebam: „Nu durează prea mult să aștepți aici un autobuz pentru tine?”, el/ea răspundea: „Sunt în viață”. Această prioritate de a „fi în viață” se reflectă și în felul în care se salută: „Sakubona, usaphila?” (Te văd, mai ești în viață?) Cealaltă persoană răspundea: „Ngisekhona. (Sunt încă aici.) Ce atitudine! Transfer această atitudine în munca mea, cu gânduri recunoscătoare pentru timpul petrecut cu zuluții, în Africa de Sud.*
>
> *În plus, recunosc relația lor vie cu strămoșii lor. Ei locuiesc împreună cu strămoșii lor în gospodăria lor. Strămoșii își primesc propriul lor loc și ei sunt cei care primesc primele picături de Utschwala (bere Zulu). În „Familien-Stellen” ne dăm seama că suntem, în multe privințe, într-o relație profundă, conectându-ne cu strămoșii noștri într-un mod vindecător, dar și prin modul în care ne slujesc, conducându-ne spre moarte, mai degrabă decât spre viață. Pentru Zulu, această dinamică a loialității intergeneraționale era de la sine înțeleasă”* (Mayer & Viviers, 2016: 105).

În articolul lor din 2016 intitulat „Constellation Work and Zulu Culture: Theoretical Reflections on Therapeutic and Cultural Concepts” („Munca prin constelații și cultura Zulu: Reflecții teoretice asupra conceptelor terapeutice și culturale”), Mayer și Viviers scriu că în comunitatea Zulu, ritualurile de vindecare se bazează pe credința într-o putere superioară (ibid., p. 103), precum și pe strămoși. Aceste ritualuri ale corpului, naturii sau transei sunt activități simbolice ale grupului familial care facilitează vindecarea la indivizi sau grupuri

sociale. După cum a înțeles Hellinger, există cinci aspecte principale ale culturii Zulu (ibid., p. 105):

- *„ Respect față de părinți și onorarea acestora”* - În cadrul atelierelor, acest lucru poate fi observat în cadrul intervenției terapeutice, atunci când copilul îngenunchează în fața părintelui/părinților și spune: „Tu ești mare, iar eu sunt mic”. Acest lucru se face pentru a restabili ierarhia în sistemul familial, prin punerea copilului în locul copilului și a părinților în locul părinților. În plus, această intervenție îl face pe copil să își onoreze părinții.
- *„Faptul că viața este o prioritate și cel mai înalt bine”* - După cum am menționat anterior, o perturbare a sistemului familial poate apărea atunci când un copil se identifică inconștient fie cu părintele său, fie cu un alt membru al familiei. Deși acest act este făcut din iubire, punându-se în locul altcuiva, copilul creează inconștient o perturbare în domeniu și nu respectă „darul vieții” pe care l-a primit.
- *„Importanța unei atitudini de slujbă a vieții”* - Respectându-și propriul loc și permițându-le părinților să joace rolul de părinți, copilul onorează ierarhia din sistemul familial și, prin urmare, viața pe care i-a fost dată de părinți.
- *„Locul strămoșilor în gospodărie”* - Chiar și după moartea lor, membrii familiei trebuie să fie recunoscuți ca aparținând sistemului familial, deoarece generația trecută, trăindu-și viața, a permis generației prezente să-și trăiască propria viață (și propria poveste).
- „O relație vie cu strămoșii (care poate fie vindeca, fie duce la moarte)” - Dacă membrii decedați ai familiei sunt excluși din sistemul familial, poate apărea un simptom pe măsură ce copilul se identifică inconștient cu aceștia și „îi urmează până la moarte”. Cu toate acestea, dacă aceștia sunt recunoscuți și li se permite să se afle la locul lor (cu copilul la locul său), atunci sistemul familial este în „ordine” și „curge de iubire”.

Deoarece perioada petrecută de Hellinger în Africa de Sud a avut un impact atât de mare asupra dezvoltării metodei sale - în special asupra atitudinii Zulu față de viață și a respectului față de bătrâni, acest capitol este dedicat practicilor tradiționale de vindecare ale acestei națiuni, așa cum sunt interpretate de practicienii care practică munca cu constelațiile

familiale.

Importanța strămoșilor

Conform lucrării lui Nel, „The Ancestors and Zulu Family Transitions: A Bowen Theory and Practical Theological Interpretation” (2009), strămoșii sau „umbrele” sunt definiți ca „bătrâni, vii și decedați ai familiei, clanului și tribului, cu care există un atașament emoțional semnificativ” (p. 12). În cultura Zulu, aceștia sunt adesea contactați [25]și li se cere ajutor și sprijin prin ritualuri de transcendență, cum ar fi nașterea, pubertatea, căsătoria și moartea. În timpul ritualului, „se menționează cauza problemei”, iar strămoșii sunt considerați resurse de încredere pentru a gestiona constructiv crizele și a reinstala armonia familială (Mayer & Viviers, 2016). Conform articolului lui Thornton din 2009 intitulat „The Transmission of Knowledge in South African Traditional Healing”, strămoșii sunt considerați atât sursa nenorocirii și a bolii, cât și o sursă de putere pentru a vindeca acea nenorocire și boală (p. 19) - ceea ce este valabil și în munca cu constelațiile: simptomul care este adus pentru a fi vindecat provine din sistemul familial.

Prin urmare, în contextul „african” [26], „căutarea terapiei este extrem de pluralistă” (ibid.). Conform lucrării lui Washington din 2010 intitulate „Zulu Traditional Healing, Afrikan Worldview and the Practice of Ubuntu: Deep Through for Afrikan/Black Psychology” (Vindecarea tradițională Zulu, viziunea africană asupra lumii și practica Ubuntu: o abordare profundă a psihologiei afrikane/negre), atunci când apare o boală, aceasta sugerează probabil că strămoșii „și-au retras protecția de la persoană pentru că nu a acționat într-un mod armonios cu comunitatea” (p. 32). Vindecarea constă în primul rând în stabilirea strămoșilor și în reconectarea cu membrii familiei în viață, precum și cu strămoșii (Thornton, 2009: 26).

Interesant este că, în cultura Zulu, strămoșii rămân „trăitori” invizibil în gospodărie după moarte. Moartea nu pune capăt relațiilor familiare. Conform lui Hellinger: *„Modul în care*

[25] Deși spiritele strămoșilor sau *emadloti* sunt invocate în vindecarea tradițională, acestea sunt completate și lucrează împreună cu spirite „străine” numite *emandzawe,* despre care se spune că provin originar din Mozambic (Thornton, 2009: 26).
[26] Pentru o prezentare contextuală a contextului „african”, consultați Anexa B.

zulușii fac acest lucru este să îngroape morții, iar apoi, după un an, defuncții sunt primiți înapoi în casă printr-un ritual. Membrii familiei iau o creangă și își imaginează că strămoșul decedat stă pe creanga care este târâtă în casă. O anumită secțiune a colibei este rezervată strămoșilor și acolo își au locul defuncții" (Hellinger și colab., 1999: 58, citat în Mayer & Viviers, 2016: 105). Conform lui Cohen (2006), „în loc să-i convertească pe zuluși la promisiunea creștinismului de mântuire, Hellinger s-a convertit la concepțiile lor despre interdependența dintre cei vii și cei morți" (p.6).

Deși munca cu constelațiile nu operează cu credința că strămoșii sunt „în viață", ea încearcă totuși să rezolve o problemă nerezolvată într-un mod similar - simbolic „aducând înapoi" morții - prin introducerea unor reprezentanți pentru membrii decedați ai familiei. Cei uitați sau șterși sunt primiți înapoi în sistemul familial și recunoscuți. Munca cu constelațiile deschide, de asemenea, spațiul pentru a comunica cu „strămoșii" sau, mai precis, cu reprezentanții strămoșilor.

Conform studiului comparativ din 2010 realizat de Sax, Weinhold și Schweitzer, intitulat „Vindecarea rituală în Orient și Occident: o comparație între vindecarea rituală în Himalaya Garhwal și «Constelația familială» din Germania", spre deosebire de multe forme de psihoterapie occidentală, care se concentrează pe individ, Constelația familială se concentrează pe colectiv - pe familia individului.

Atât în ritualurile de vindecare Zulu, cât și în Constelațiile Familiale, strămoșii și membrii familiei joacă un rol crucial în reinstalarea armoniei în sistemul familial. Una dintre principalele diferențe este că, în ritualurile Zulu, strămoșii sunt definiți ca parte a unei colectivități, în timp ce în constelațiile Familiale, fiecare strămoș este un membru individual al colectivului (Mayer & Viviers, 2016). În cultura Zulu, membrii familiei participă la ritualuri, similar terapiei familiale clasice, cum ar fi terapia contextuală a lui Boszormenyi-Nagy, în timp ce în munca prin Constelații, reprezentanții grupului sunt aleși pentru a juca rolul unor membri selectați ai familiei. Scopul ambelor practici este de a vindeca rănile intergeneraționale atât la nivel individual, cât și colectiv și de a „reinstala sănătatea, vindecarea, pacea și condițiile optime de viață pentru membrii unui sistem (familial)" (ibid.).

Motivul excluderii din familie, care duce la afecțiuni curente, poate fi găsit și în alte culturi

din Africa de Sud, în special în rândul tribului Ndembu din Zambia. Conform lucrării lui Victor Turner „Procesul ritualic” (1969), tribul Ndembu practică un ritual numit *Isoma* , care își propune să combată infertilitatea femeii. Majoritatea victimelor infertilității suferă pentru că un strămoș, care ocupă un nod structural în linia genealogică a familiei, a fost uitat. Cel mai adesea, cei care nu sunt doar ascendenții lor direcți, ci și progenitorii imediați ai matrikin-ului lor - care formează nucleul membrilor satelor diferite de cele ale soților lor (ibid., p. 13). Ritualul *Insoma* are funcția socială de a „îi face să-și amintească” de acești strămoși, restabilind astfel relația corectă dintre matrilinie și căsătorie. Amintirea și recunoașterea acelui membru al familiei uitat ajută, de asemenea, la reconstrucția relațiilor conjugale dintre soție și soț; și face ca femeia și, prin urmare, căsătoria și linia genealogică, să fie rodnice (ibid., p. 18).

Fenomenul divinației

Într-un interviu din 2008 între Meyburgh și Mthembu-Salter, publicat sub titlul „Experiența unei femei zulu cu constelațiile familiale”, între doi facilitatori sud-africani de constelații familiale, se face o paralelă între sistemul de divinație folosit de vindecătorii tradiționali zulu - care este, de fapt, cea mai cunoscută practică a sa (Thornton, 2009: 24) - și constelațiile familiale. Când a fost întrebată dacă experimentează familia „în contextul strămoșilor săi culturali”, practicanta indigenă Lindiwe Mthembu Salter a răspuns cu următoarele:

„Credința în strămoși este înrădăcinată în nevoia de a păstra memoria generațiilor trecute cunoscute și a liniilor genealogice cunoscute sau necunoscute. Accentul pus pe recunoașterea celor excluși este fundamentul vindecării diferitelor afecțiuni, cum ar fi disconfortul fizic, discordia spirituală sau nevoia comună de a alunga nenorocirile sau un blestem care va fi văzut ca fiind proiectat de spirite malefice. Spiritele bune sunt recunoscute și li se acordă recunoștință prin ceremonii sau ritualuri de curățare” (în Meyburgh & Mthembu-Salter, 2008).

Similar psihoterapiei individuale, ghicitorul și clientul stau unul față în față - între ei se află un covoraș de iarbă, care reprezintă spațiul ritualic restricționat. În timpul ritualurilor de divinație, mesajele (de la strămoși) sunt primite prin aruncarea diferitelor obiecte (bucăți de os, scoici, fragmente ceramice, zaruri, domino). Oasele simbolizează diverși membri ai

familiei, precum și emoții (cum ar fi dragostea, banii), acțiuni sau chiar organe din corp... toate acestea având legătură cu viața clientului. Odată ce vindecătorul modelează oasele, acesta citește oasele care au căzut în covoraș, luând în considerare aranjamentul din fața lor - dacă există modele, modul în care oasele sunt orientate unul spre celălalt și cum sunt legate între ele. Conform lui Meyburgh și Mthembu-Salter (2008), aceste aranjamente ar putea indica prezența unor spirite ancestrale resentimente, a unor spirite malefice sau a unei naturi ofensate în jurul persoanei bolnave. Vindecătorul stabilește apoi un diagnostic și prescrie o terapie, care poate include „sacrificii de animale, ritualuri, masaj, ceaiuri din plante, alifie, tuse de tuns, cataplasme, rădăcini și ierburi" (ibid.). Similar modului în care ghicitorul interpretează poziția și corelația fiecărui os între ele, la fel face și terapeutul sau facilitatorul constelației, dar „văzând" poziția fiecărui reprezentant în raport cu ceilalți în spațiu.

Întrucât în cultura Zulu realitatea este considerată un „sistem închis de cauză și efect" (Rakotsoane, 2009: p. 3), întâmplarea nu își are locul în ea - tot ceea ce se întâmplă este înțeles ca având o cauză specifică în același sistem și fiecare acțiune a fiecărei ființe poate fi interpretată prin intermediul divinației. Conform lucrării lui Rakotsoane din 2009 intitulate „Transcendența în religiile tradiționale africane", o revelație are loc dacă interpretarea este corectă (ibid.).

Pentru încheierea acestei analize a literaturii de specialitate, aș dori să ating pe scurt **fenomenologia** și impactul acesteia asupra metodei lui Hellinger [27]. Această abordare, influențată de lucrările lui Kant și Hegel, este o filozofie modernă fondată de Edmund Husserl la începutul secolului al XX - lea. Fenomenologia se preocupă de modul în care experimentăm realitatea. Conform lui Armstrong (2005), este, prin urmare, o „filosofie a experienței", iar „sursa sa ultimă a oricărui sens și valoare este experiența trăită de ființele umane". Fenomenologia se concentrează pe fenomene *(phainómenon* în greacă), adică „ceea ce se arată ca ceva care se arată" (Heidegger, 1988/2007, pp. 69-70). Prin urmare, fenomenologia este, conform lui Heidegger, „un mod de cercetare, și anume: abordarea a ceva așa cum se arată și numai în măsura în care se arată" (ibid., p. 72).

[27] În „Simetria ascunsă a iubirii", Hellinger îl numește chiar pe Heidegger „tovarășul său filozofic" de-o viață (1998: 330).

Conform lui Francesetti (2015), într-un anumit „câmp fenomenologic”, o anumită experiență va apărea mai degrabă decât o alta. Cu toate acestea, experiența care apare este alcătuită nu doar din elemente concrete ale situației date, ci și din categorii de „semnificații” sau „esență”, așa cum a numit-o Husserl (Vuksa, 2023: 54). Experiența care a apărut are două semnificații: „o semnificaţie spaţială, care se referă la ceea ce se află la suprafață, o peliculă care învăluie și în același timp dezvăluie ceva mult mai profund; și o semnificaţie temporală, unde ceea ce apare este ceea ce prinde viață aici și acum, ceea ce apare și se desfășoară, devenind prezent, un eveniment real între noi: se actualizează (etimologic, devine un act în prezent)” (Francesetti, 2015: 6-7).

Deși metoda de primire a informațiilor din „câmp” este similară în munca cu constelațiile familiale și în divinația tradițională Zulu pe care am discutat-o în acest capitol, principala sa diferență este că munca cu constelațiile evită interpretarea cu orice preț. Participanții săi „nu ar trebui să se gândească la ceea ce fac, ci să-și lase acțiunile să iasă la iveală «organic»” (Pritzker & Duncan, 2019: 474). Reprezentanții nu ar trebui să aibă nicio intenție, nicio teamă și nicio nevoie de a-și interpreta experiența actuală pe baza trecutului. În loc să analizeze ceea ce experimentează ca fiind întâmplător, ar trebui doar să observe și să descrie. Și terapeutul ar trebui să fie conștient de propria postură și să lucreze cu ceea ce are în față, în loc să fie ghidat de „teorie, credință sau ideologie” (Hellinger, 1998: 205). Conform unui studiu comparativ din 2019 privind munca cu constelațiile familiale în China și Mexic realizat de Pritzker și Duncan, odată ce toți participanții îmbrățișează această așa-numită „postură fenomenologică” și „consimt la orice apare așa cum este”, vindecarea poate avea loc (p. 474).

Capitolul 5: **Muncă de teren online**

Îi voi invita acum pe cititorii mei să pășească în biroul închis al unui student la masterat în antropologie - o cameră extrem de scumpă și înăbușitoare în centrul Budapestei... Acolo, stând într-o poziție inconfortabilă, asemănătoare unei crevete, într-un scaun și mai inconfortabil, încercând să mențin sunetul ȘI videoul pornite simultan pe Zoom fără ca laptopul (și nervii) să se blocheze, suntem conectați la spațiul virtual, unde vom afla despre

atelierele online despre constelațiile familiale [28].

Când te gândești la cercetarea antropologică și la principala sa metodă, observația participantă, ți-ai putea imagina jungle și lagune, într-un ținut îndepărtat, înconjurat de băștinași. Sau cel puțin în aer liber. Ei bine, propria mea muncă antropologică de teren nu putea fi mai departe de asta!

Ca subiect, am ales să cercetez elemente ale ritualurilor în munca cu constelațiile familiale sau, mai exact, subiectul m-a ales pe mine, așa cum am discutat anterior în Introducere. Metodele de cercetare pe care le-am folosit au fost observația participativă și interviul semi-directiv. În ceea ce privește mediul cercetării mele, totul a fost realizat online. Acest lucru a fost mai degrabă o necesitate, deoarece munca mea de teren a avut loc în urma pandemiei globale de COVID-19, când oamenii încă se adunau virtual.

Am dat prima dată peste constelațiile familiale în 2018, când mama mea, psihoterapeut gestalt, care folosește această metodă în propria practică, mi-a dăruit o carte pe care a tradus-o. Cartea respectivă, pe care am citat-o deja de câteva ori în această teză, a fost: „Către o psihoterapie spirituală: Sufletul ca dimensiune a experienței" de Hunter Beaumont. Ca orice fiică rebelă, aveam tendința să protestez împotriva a tot ceea ce sugera mama sau de care era interesată. Totuși, dintr-un motiv inexplicabil, poate pentru că eram în secret mândră că numele mamei mele era pe acea carte, am adus-o cu mine să o citesc în vacanță.

Și așa a început cercetarea mea preliminară pe tema lucrului cu constelațiile familiale! Cu cât citeam mai multe capitole, cu atât eram mai fascinat și cu atât îmi puneam mai multe întrebări. Cu cât primeam mai multe răspunsuri, cu atât mai multe întrebări... Poate era un punct de legătură cu mama mea, poate era faptul că Hellinger a petrecut timp în Africa de Sud - aceeași Africa de Sud unde mi-am petrecut și eu copilăria, sau poate era faptul că această metodă părea „exotică" și „mistică". Oricare ar fi fost situația, ceva legat de ea mi-a

---

[28] Un joc de cuvinte din paragraful lui Malinowski care descrie observația participantă în prelegerea sa din 1925 în onoarea lui Sir James Frazer la Universitatea din Liverpool, care a fost publicată în anul următor:

Îi voi invita pe cititorii mei să iasă din studiul închis al teoreticianului și să intre în aer liber, în câmpul antropologic... Acolo, vâslind pe lagună, privind băștinașii sub soarele arzător la lucrările lor în grădină, urmându-i prin zonele de junglă, pe plajele și recifele întortocheate, vom afla despre viața lor (Malinowski, 1926/1984, p. 198).

atins sufletul.

Așa cum este scris în Prefața lui Lidija Pecotic din ediția sârbo-croată a acestei cărți, deși termenul „suflet” a fost considerat un tabu în cercurile psihologice ale secolului XX, în ultimele decenii a fost reabilitat. Beaumont vede sufletul [29]nu în primul rând ca pe un fenomen metafizic sau religios, ci ca pe o dimensiune a vieții de zi cu zi - efectele senzoriale reale pe care fiecare persoană le experimentează. Încă de când am ales să scriu această disertație în noiembrie 2021, lucrul cu constelațiile familiale a devenit o dimensiune a vieții mele de zi cu zi.

Cercetarea mea conștientă propriu-zisă a început cu refamiliarizarea mea cu această metodă de vindecare de grup. Am avut discuții ample cu primul meu informator și sursa mea preferată de informații - mama mea. Deși conversațiile noastre de-a lungul lunilor au fost extrem de variate: atât față în față, cât și online, acoperind diverse rețele sociale, le consider în continuare interviuri „semi-structurate” foarte vag bazate pe informații. Aceste conversații și texte nu numai că mi-au oferit informații preliminare, dar m-au și ghidat în cercetarea mea. Mama mea mi-a furnizat, de asemenea, notițele ei personale și literatura de specialitate din perioada când era studentă - mai întâi la Universitatea din Africa de Sud (UNISA) din Pretoria și apoi la Studioul Gestalt pentru Educație din Belgrad (vezi primul institut pe pagina următoare). Deși acest material extins [30]a fost în întregime în domeniul psihoterapiei, a fost totuși util. A fost fundația pe care am construit-o cu literatura din domeniul antropologiei.

Un alt avantaj al faptului de a fi, ca să folosim un termen din cultura pop, „nepo baby” (baby nepo), a fost că am avut acces la oameni pe care altfel aș fi avut dificultăți în a-i contacta și cu care aș fi putut să mă conectez. Grupurile la care am participat ca parte a cercetării mele de teren au fost toate facilitate de psihoterapeuta gestalt Lidija Pecotic, doctor în filosofie la Institutul de Formare în Psihoterapie Gestalt din Malta (EAPTI-GPTIM), care este și mentorul mamei mele din perioada în care ea însăși studia psihoterapia. În această călătorie, am

[29] „Sufletul cunoaște durerea, fericirea și pacea. Își amintește de ele mult timp după ce conștiința le-a uitat” (Beaumont, 2012/2014, p. 22).

[30] Printre comorile pe care le-am „moștenit” se numără o colecție de aproximativ 50 de pagini de articole online tipărite, care au fost publicate cândva pe site-ul web al Bert Hellinger Group (acum https://www.hellinger.com/) , care nu mai sunt disponibile - deoarece au fost accesate pe 27 [august] 2004!

învățat că, pentru a desfășura cercetări de teren, trebuie doar să cunoști o singură persoană care are conexiuni - și că este de preferat ca acea persoană să fie și propria ta mamă!

Când vine vorba de dezavantajele legate de înrudirea cu informatorul principal, acestea sunt în principal psihologice. Pe de o parte, a existat o presiune mai mare asupra mea. A trebuit să fiu mult mai profesionistă și să iau această cercetare mult mai în serios, deoarece numele ei este în joc. Pe de altă parte, deoarece această teză explorează subiectul lucrului cu constelațiile familiale dintr-o perspectivă antropologică, am avut dificultăți în a rămâne în domeniul meu și a nu mă îndrepta spre domeniul ei. Când încă mă dezbăteam dacă să aleg sau nu acest subiect, principala mea teamă era că mama ar influența narațiunea cercetării mele. Cu toate acestea, datorită limitelor ferme, acest lucru nu s-a întâmplat.

În ceea ce privește colectarea datelor non-literaturale, așa cum am menționat, am folosit **observația participantă** ca metodă principală în cercetarea mea de teren. Deoarece lucrul cu constelațiile familiale este o abordare fenomenologică, participarea și/sau observarea a ceea ce se întâmplă de fapt în timpul unui atelier este cea mai bună modalitate de a o înțelege.

Întrucât această teză este menită să fie o teză pentru antropologie, am decis să o cercetez din prisma ritualurilor. Conform Monicăi Wilson, care a cercetat religia poporului Nyakyusa din Tanzania, „studiul ritualurilor este cheia înțelegerii constituției esențiale a societății umane” (1954: 241, citată în Turner, 1969:6). Prin încadrarea lucrării cu constelațiile familiale ca un singur ritual mare și prin analizarea elementelor sale ca elemente ale ritualurilor, am reușit să fac un pas mai aproape de înțelegerea constituției sale esențiale a sistemelor familiale. În plus, acest lucru m-a ajutat să evit să fiu atrasă în vizuina traumelor și a psihoterapiei și să rămân în domeniul meu. Ceea ce a contribuit la această decizie a fost faptul că forma atelierului este foarte asemănătoare ritualului. Deși fiecare client vine cu propria poveste și traume, toate constelațiile la care am fost martoră au fost ciudat de similare: structura era aceeași, iar intervențiile terapeutice, precum și cuvintele vindecătoare, se repetau iar și iar. În plus, spre deosebire de terapia individuală sau chiar de grup, unde terapeutul și clientul/clienții se întâlnesc în mod regulat , atelierele de constelații familiale nu au loc des. În acest fel, această practică seamănă cu un ritual religios. Conform lui Sax, Weinhold și Schweitzer (2010), oamenii așteaptă mult timp pentru a participa la un atelier și,

chiar și atunci, nu există nicio garanție că propria constelație familială va fi setată. Mulți oameni așteaptă luni sau chiar ani pentru a lucra la problema persistentă folosind această metodă. Această anticipare transmite mesajul că merită să așteptăm această experiență. La unul dintre ateliere, Pecotic a menționat că, atunci când a adus munca cu constelații familiale în fosta Iugoslavie, existau reguli stricte despre cine poate și cine nu poate seta o constelație. Mai mult, exista și o regulă conform căreia, odată ce o persoană își setează propria constelație, i se interzicea să vorbească despre ea timp de câteva luni. Și acest lucru implică secret, alegere, precum și exclusivitate - împărtășite și de ritualurile religioase. Cu toate acestea, scopul acestei tăceri, în contextul muncii cu constelații familiale, este de a evita interpretările și de a „lăsa câmpul reconfigurat să-și facă treaba”.

În cadrul activității mele de teren, am avut ocazia să particip la șapte ateliere diferite, conduse de Lidija Pecotic și organizate de institute gestalt din patru țări europene diferite [31]:

1. Studio pentru Educație Belgrad (EAPTI-SEB) în Belgrad, Serbia
   - [22] și [23] ianuarie ,
   - [9] și 10 [aprilie] , și
   - 17 decembrie [2022] .
2. Institutul de Formare în Psihoterapie Gestalt - Psiho-Integrum doo în Sarajevo, Bosnia și Herțegovina
   - 19 [aprilie] și
   - [6] octombrie ,
3. Institutul de Formare în Psihoterapie Gestalt - Psihologie doo în Zadar, Croația
   - [8] și [9] iulie ,
4. Malta: Institutul de Formare în Psihoterapie Gestalt din Malta (EAPTI-GPTIM)
   - [25] și [26] noiembrie ,

Așa cum am menționat în introducere, atelierele la care am participat nu au fost strict terapeutice, ci organizate pentru studenții [32]institutelor menționate mai sus. Acestea au avut

[31] Pe lângă atelierul din Malta, care s-a desfășurat în limba engleză, limba de lucru a atelierelor a fost sârbo-croata/croato-sârba sau, mai precis: *„limba comună”* vorbită de sârbi, croați, bosniaci și muntenegreni.
[32] Pentru a obține titlul de terapeut gestalt, aceștia trebuie să participe la 96 de ore de ateliere despre constelații familiale pe parcursul celor 4 ani de pregătire.

un caracter educativ. Setul de constelații a fost folosit pentru a demonstra abordarea lucrului cu constelații familiale. Pe lângă lucrul propriu-zis cu constelații, atelierele au inclus o explicație a teoriei și metodologiei acestei abordări. Studenții au fost încurajați să pună întrebări, iar terapeuta a explicat ce se întâmplă în prezent, precum și a împărtășit propriile experiențe personale în facilitarea atelierelor despre constelații familiale - pe care le-a început acum aproape 30 de ani.

Întrucât aceste ateliere s-au desfășurat online, fără limită de spațiu fizic, grupurile de studenți au fost mari. În medie, au participat în jur de 90 de persoane, majoritatea femei. Raportul femei-bărbați a fost în medie de 8:1. În funcție de durata acestora, de obicei erau configurate și facilitate 2-3 constelații pe zi. Deși un număr mare de studenți au participat la aceste ateliere, doar un număr mic au avut oportunitatea de a fi clienți. Un alt fapt interesant este că doar un grup mic de persoane participa activ la atelier. Prin urmare, pe parcursul unei zile, aceleași persoane reprezentau diferiți membri ai familiei în diferite constelații familiale - în timp ce marea majoritate doar observa pasiv.

Pe lângă observarea participativă, cealaltă metodă a mea de colectare a datelor a fost **interviul** .

În timpul ultimului atelier la care am participat, mi-am adunat în sfârșit curajul să iau legătura cu alți participanți. Am trimis mesaje pe chat-ul Zoom persoanelor pe care le-am observat că se implicau activ și constant în activități de grup, adică studenților pe care i-am văzut pe ecran de mai multe ori de-a lungul lunilor și pe care mi-i aminteam. În mesaj, m-am prezentat, le-am explicat ce cercetam și i-am întrebat dacă ar fi interesați să contribuie. Toți au răspuns imediat și au fost mai mult decât bucuroși să ajute. Și astfel, după sărbătorile de Crăciun (în ianuarie), ne-am programat conversațiile.

În total, am realizat trei interviuri semi-directive. Am pregătit întrebările în avans (vezi Anexa A). Cu toate acestea, în timpul procesului de interviu, unele întrebări au fost omise, la unele li s-a răspuns chiar înainte să am ocazia să le pun, în timp ce altele au fost adăugate. Subiectul general a fost experiența participanților în funcție de rolul pe care îl ocupau (Observator, Reprezentant sau Client), precum și experiența lor generală în atelierele online în comparație cu sesiunile de grup față în față de dinainte de pandemie. Interviurile au avut loc online pe

Zoom - pentru a continua tradiția. Toate trei au fost realizate în limba sârbă și au durat între 60 și 90 de minute.

Înainte de interviu, respondenții mei au fost informați că răspunsurile lor vor fi folosite doar în scopuri academice - ca parte a tezei mele de master și li s-a garantat confidențialitatea [33]. Respondenții mei nu numai că au fost suficient de amabili să-mi spună ora lor, dar și să-mi dea consimțământul pentru înregistrarea audio a conversației noastre. Interviurile au fost ulterior transcrise, iar toate informațiile care conțineau date personale ce le-ar fi putut dezvălui identitatea reală au fost cenzurate, iar numele lor au fost schimbate în pseudonime.

Întrucât toată colectarea datelor mele a avut loc online, aș dori să discut pe scurt beneficiile, precum și restricțiile mediului virtual.

Pentru mine, ca cercetător, atelierele online despre constelațiile familiale au fost o veste bună! Am putut participa la ateliere organizate în Serbia, Bosnia și Herțegovina, Croația și Malta, fără a părăsi vreodată camera mea de cămin din Ungaria. De asemenea, am putut purta conversații cu informatorii mei cât timp am fost la Budapesta, iar ei la Belgrad - ceea ce mi-a economisit mult timp și bani pe care i-aș fi cheltuit călătorind. Cel mai important, faptul că aceste ateliere s-au desfășurat online mi-a oferit oportunitatea de a-mi duce la bun sfârșit cercetarea.

Cât despre dezavantajele cercetării atelierelor online despre constelații familiale: ca participantă m-am simțit izolată - ca cercetătoare, m-am simțit și mai izolată. Deoarece niciunul dintre participanți nu se afla în același spațiu fizic, a fost imposibil să stabilesc o conexiune cu membrii grupului. Și cum nu cunoșteam pe nimeni din grup, stabilirea contactului a fost mai dificilă, iar obținerea de date a fost mult mai puțin spontană și mult mai dificilă. De asemenea, am avut probleme în a mă concentra în timpul atelierelor, deoarece tot ce făceam era să mă uit la oameni pe ecran. Experiența mea personală de participare la aceste ateliere a fost duală: jumătate dintre constelații erau foarte nedinamice și obositoare, în timp ce cealaltă jumătate era epuizantă emoțional și mă lăsa în lacrimi. Nu

[33] Ceea ce am numit în mod eronat „anonimitate” în interviuri. Abia după ce am citit „Practica cercetării sociale” de Earl Babbie (2007: 64-65) mi-am dat seama că sunt două concepte separate.

exista cale de mijloc. Dualitatea era și mai extremă pentru că eram singură în camera mea, doar cu propriile percepții și impresii, fără nimeni cu care să vorbesc după aceea. De asemenea, am avut dificultăți tehnice din cauza faptului că laptopul meu era vechi ca timpul și se bloca tot timpul. Din această cauză, nu am putut fi reprezentantul și, prin urmare, observația mea participantă a fost, de fapt, mai mult observație decât participare. Totuși, întrucât observatorii sunt cei care mențin „câmpul” cu prezența lor și acționează ca martori - simpla observare a constelației este un rol în sine.

În ceea ce privește limitele cercetării mele, există două majore. Prima este că, deși am analizat rolurile diferiților participanți (Observator/Reprezentant/Client/Terapeut), am jucat doar rolul de observator. Prin urmare, întrebările pe care le-am adresat informatorilor mei s-au bazat pe ceea ce credeam că se întâmplă, în loc de ceea ce se întâmplă de fapt. Aveam preconcepții bazate pe literatura pe care am citit-o și pe propria mea imaginație despre ceea ce simțeau reprezentanții sau, mai exacți, ceea ce ar fi trebuit să simtă în timp ce își desfășurau rolul. În timpul vacanței de iarnă, după ce am realizat toate interviurile, am reușit să am o sesiune individuală de constelație familială, facilitată de mama mea, astfel încât să pot avea o experiență directă... și a fost revelatoare și ciudată în același timp. Experiența fizică a fost foarte similară cu munca în bioenergie, deoarece anumite mișcări și sentimente s-au manifestat. Cu toate acestea, acestea nu au fost „provocate”, așa cum este cazul în bioenergie, unde vindecătorul „manipulează” energiile, ci au apărut de la sine. Mai jos este o descriere a acestei constelații, în care am fost atât în rolul de client, cât și de reprezentant:

> Ședința noastră individuală a început cu mama și cu mine „dându-i afară” pe tata și pe câinele familiei din sufragerie, ca să avem puțină intimitate. Mama a scos două coli A4 și un pix. „Ce aș vrea să pun într-o constelație?”, m-a întrebat ea. Am avut probleme cu sănătatea (amigdalită cronică) și, deși aveam o teorie despre motivul pentru care se întâmplă asta, am decis să explorez asta sub forma unei constelații. Pe o foaie de hârtie a scris „Andjela” (numele meu) și pe cealaltă „Simptom”, desenând câte o săgeată pe fiecare, simbolizând direcția în care erau orientate Andjela și simptomul. Mi-a spus să le pun pe podea, astfel încât să simt că hârtiile sunt la locul lor unul față de celălalt. Apoi mi-a spus să stau pe hârtia cu numele meu. După un

timp, m-a întrebat ce simt. Apoi mi-a spus să calc pe hârtia cu „Simptom”, intrând astfel în rolul simptomului și relatând și cum mă simțeam. Asta a continuat o vreme. Nu-mi amintesc ce s-a întâmplat exact, deoarece eram prea ocupat să particip ca să iau notițe. Totuși, îmi amintesc că m-am simțit confortabil în corpul meu și liber, apoi ceva s-a mișcat și am simțit cum jumătate din corpul meu devine foarte rigid, aproape paralizat. Era împărțit exact în două - partea stângă voia să se miște, în timp ce partea dreaptă era complet blocată, brațul meu imitând un t-rex paralizat. Știam conștient că toate acestea nu erau „reale” și, dacă aș fi vrut, m-aș fi putut mișca, dar în același timp eram blocat. Corpul meu a început să se relaxeze doar atunci când „Simptomul” a fost mutat chiar în spatele meu, ca și cum m-ar fi protejat. În timp ce stăteam pe hârtia „Andjela” și mă aflam în rolul meu, am simțit ceva în spatele meu, ca și cum ar fi fost o persoană reală. Am oprit constelația acolo și nu a existat nicio rezolvare.

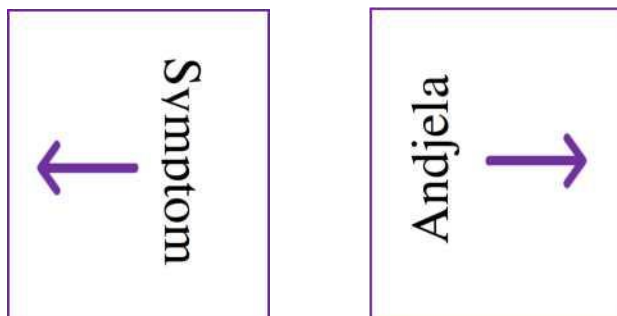


Figura 1: Simptomul și eu, reprezentați prin bucăți de hârtie așezate pe podea

A doua limitare a acestei cercetări este numărul de respondenți. Am intervievat doar trei persoane, patru dacă o includem și pe mama. Deși am obținut răspunsuri de la ei, pentru un studiu amănunțit, trei respondenți nu sunt nici pe departe suficienți. Prin urmare, majoritatea cercetării mele se bazează pe literatură, mai degrabă decât pe experiențele unor persoane reale care participă la munca în constelațiile familiale. În plus, toate atelierele la care am participat au fost online. Acest transfer către noul mediu este relativ nou și, deși nu își pierde structura - doar se adaptează, așa cum vom vedea în capitolul următor - pentru a realiza o cercetare cuprinzătoare, în special în antropologie, prezența fizică, aș argumenta, ar fi mai mult decât benefică.

Capitolul 6: **Lucrul cu constelațiile online**

În ultimii ani, din cauza pandemiei de COVID-19 și a perioadelor lungi de carantină și izolare socială, atelierele de constelații familiale și-au schimbat mediul: din spațiul fizic în cel virtual.

Merită să ne amintim că terapia la distanță nu este o idee nouă. Atât Freud, cât și Jung comunicau cu pacienții lor prin scrisori. În anii 1960 au fost înființate primele linii telefonice de prevenire a sinuciderilor. Și câteva decenii mai târziu, odată cu inventarea internetului, terapia online a devenit și ea un fenomen. Acest nou mediu de comunicare, potrivit psihoterapeutului gestalt Erving Polster (2015), a inspirat o „erupție a rețelelor relaționale” (citat în Vuksa, 2023: 140). Participarea la acest „domeniu tehnologic co-creat” oferă oamenilor modalități noi și mai ușoare de a se conecta (ibid.).

Conform unei definiții, terapia online este „furnizarea profesională de servicii de sănătate

mintală prin e-mail, videoconferințe, tehnologie de realitate virtuală, tehnologie de chat sau orice combinație a acestora" (Sucala și colab., 2012:1). Datorită accesibilității sale, stigmatizării reduse și costului mai mic decât terapia tradițională față în față, consilierea cibernetică sau e-terapia a devenit mai răspândită.

În ultimii 20 de ani au fost realizate numeroase studii asupra relației terapeutice și a experienței generale a clientului în timpul terapiei online, comparativ cu terapia față în față. Rezultatele au arătat că, în medie, terapia online este la fel de eficientă ca terapia față în față (Barak et al., 2008: 30), stabilindu-se o legătură între terapeut și client în ambele cazuri, deși clienții cu terapie față în față au raportat că au experimentat un nivel mai ridicat de emoții (Murphy et al., 2009).

Conform lui Vuksa (2023), acest transfer către mediul online, datorat noilor circumstanțe din domeniu, poate fi înțeles ca o „adaptare creativă" a tuturor celor care tânjesc după sprijin - să fie văzuți, auziți și acceptați - chiar dacă este vorba doar de ecranul unui computer (p. 140).

Acum, că am prezentat acest mediu relativ nou, haideți să descriem cum arată un atelier online despre constelații familiale. Spațiul fizic în sine este considerat a fi unul dintre elementele cheie ale acestei metode, care a legat totul împreună și, într-un fel, a făcut ca această abordare să funcționeze. Deși tranziția sa către sfera online a determinat anumite elemente să se adapteze și să se schimbe, aceasta nu i-a afectat eficacitatea generală. Procesul și rezultatele sale, în mod surprinzător, au rămas intacte.

Deci, cum arată un atelier online?

La fel ca și omologul său față în față, atelierele online se desfășoară în grup, dar pe Zoom.

Așa cum am menționat deja în metodologia mea, un beneficiu al spațiului online este că mai mulți oameni pot participa și pot observa ce se întâmplă. În comparație cu atelierele cu prezență fizică, unde spațiul fizic este limitat și, prin urmare, și numărul de participanți este limitat. Un alt beneficiu al atelierelor online este accesibilitatea lor. O persoană nu trebuie să iasă fizic din casă pentru a participa la această activitate de grup - tot ce are nevoie este un dispozitiv cu cameră și acces la internet.

La început, toți participanții ar trebui să aibă camera pornită.

Cei interesați să fie clienți trebuie să ridice mâna. Offline fac acest lucru fizic, în timp ce pe Zoom selectează opțiunea „ridică mâna”, care semnalează terapeutului că dorește să participe [34]. Din cauza constrângerii de timp și a numărului de persoane care se oferă voluntar, în cadrul atelierelor la care am participat, terapeutul a făcut o tombolă foarte informală: a scris o listă numerotată cu toate numele și a selectat o persoană aleatorie din grup pentru a alege aleatoriu un număr din acea listă. După ce clientul este selectat, așa cum s-a discutat anterior, acesta intră în dialog cu terapeutul.

Când vine vorba de alegerea reprezentanților, terapeutul îi invită pe toți cei care doresc să participe să își lase camerele video pornite. Restul membrilor grupului le închid și urmăresc ce se desfășoară pe ecran. Din momentul în care o persoană este aleasă ca reprezentant și până la sfârșitul acelei constelații, aceasta este deposedată de vechea sa identitate și acționează ca niște recipiente. În loc ca clientul să poziționeze reprezentanții în spațiu, terapeutul (care este și gazda pe Zoom) schimbă numele participantului afișat pe ecran, oferindu-i astfel simbolic un nou rol: cel de „client”, „mamă”, „tată”, „primul copil avortat”, „străbunic”, „traumă de război” etc. În plus, este mult mai ușor să urmărești cine este cine online, deoarece rolul lor este literalmente scris pe ecran. După ce reprezentanții sunt selectați, și clientul își oprește camera video și dispare în gol împreună cu restul grupului - pentru a-și observa propriul sistem familial din exterior.

Dezavantajul desfășurării online a activității constelației familiale este evident lipsa spațiului fizic - prin urmare, reprezentanții nu pot fi poziționați în același spațiu unul față de celălalt. În schimb, fiecare dintre ei este singur în camera sa, stând în picioare în fața camerei. Nu există contact fizic, nu există atingere. Fiecare mișcare îndreptată către celălalt trebuie exprimată verbal și condusă conform unui sentiment interior. În afară de asta, restul constelației se desfășoară în același mod ca și cum ar fi în persoană (vezi Capitolul 3).

După încheierea constelației, terapeutul și restul grupului își pornesc din nou camerele. Are loc un scurt dialog în care se reflectă asupra a ceea ce tocmai s-a întâmplat, uneori reprezentanții își împărtășesc impresiile și asta e tot. De obicei, există o mică pauză, apoi se

---

[34] Au fost câteva momente când oamenii au ridicat fizic mâna la cameră în loc să dea clic pe opțiune, ceea ce a provocat multă confuzie și râsete în rândul participanților.

alege un nou client și se stabilește următoarea constelație.

Când i-am întrebat pe informatorii mei despre experiențele și impresiile lor legate de atelierele online despre constelațiile familiale, Edgar [35]a spus că se aștepta la o diferență mai mare în senzația fizică pe care ar simți-o atunci când ar prelua rolul de reprezentant. *„Sentimentele sunt aproape aceleași ca în atelierele cu prezență fizică. Mi-am putut simți rolul complet. Cu toate acestea, «încărcătură energetică» este puțin mai puternică atunci când te afli în aceeași cameră cu alți reprezentanți. Cu toate acestea, esența este aceeași”* [36], a explicat el. Faptul că era singur în fața ecranului nu l-a împiedicat să primească *„descărcări mentale”* , adică imagini care îi veneau în minte pe neașteptate - acele imagini, avea să descopere mai târziu, erau relevante pentru persoana pe care o reprezenta.

În ciuda tuturor acestor lucruri, el încă mai crede că experiența față în față este puțin mai bună datorită prezenței atingerii fizice: *„La sfârșitul constelațiilor este obișnuit ca soțul și soția să se îmbrățișeze sau ca mama și fiul să se îmbrățișeze, iar acest act de atingere fizică poartă o energie mai puternică decât atunci când ești singur în camera ta și ți-l imaginezi.”*

Când vine vorba de a fi în rolul unui client, atât Edgar, cât și Emily sunt de acord că a fi online este *„mai sigur din punct de vedere emoțional”.* Potrivit lui Emily, pe de o parte, te simți protejat și simți mai puțină rușine pentru că nu te afli în aceeași cameră cu grupul. Pe de altă parte, însă, poate da senzația de izolare. *„Sprijinul și confortul general sunt mai mari atunci când ești printre alți oameni”,* adaugă ea. Pentru Edgar, siguranța emoțională nu se referă doar la expunerea la alte persoane, ci și la sentimentele care apar în timp ce privești desfășurarea propriei constelații - *„A viziona o constelație online este ca și cum ai viziona un film, experiența emoțională este puțin diminuată, dar te ajunge din urmă după atelier!”.*

Emily a menționat că, în calitate de reprezentanți, principala lor „sarcină” este să se concentreze asupra modului în care se simt. *„Experiența online este puțin «paralizată», inclusiv senzația de spațiu și a oamenilor din acel spațiu, dar terenul funcționează!”,* a spus ea. Potrivit lui Edgar, participarea la ateliere online are o intensitate diferită a *„energiei din*

[35] Numele au fost schimbate în pseudonime.
[36] Din motive vizuale și stilistice, citatele directe de la informatorii mei sunt scrise cu *caractere italice.*

spațiu și a senzațiilor fizice din corp". Și Mary a observat că intensitatea senzației se pierde online. Soluția, potrivit ei, este să asculte ce spun ceilalți reprezentanți și ce spune terapeutul - deoarece ea este cea care oferă contextul, adăugând *„ceea ce mă mișcă online este atmosfera generală"* - sau terenul.

Pentru un observator precum mine, constelațiile în persoană ar fi ca și cum ai sta la teatru și ai viziona o piesă de teatru, în timp ce constelațiile online amintesc mai mult de statul la cinema și ai viziona un film. Indiferent de mediul folosit, așa cum au relatat informatorii mei, ambele sunt totuși eficiente și ambele facilitează vindecarea tuturor celor implicați (așa cum vom descoperi în capitolul următor).

Capitolul 7: **Rolurile rituale ale participanților**

Lucrul cu constelația familială este o metodă de terapie care vizează vindecarea problemelor persistente ale unui client individual într-un cadru de grup. Scopul acestui capitol este de a interpreta rolurile participanților (terapeutul, reprezentantul și observatorii) [37]și de a explora modul în care acțiunile lor sunt similare cu cele ale actorilor din ritualurile religioase.

În general, un ritual este o acțiune repetată, prescrisă și standardizată, care are o structură.

Conform acestei definiții, scrierea acestei teze de către mine ar putea fi considerată un fel de ritual: o scriu în fiecare zi - acțiunea ei se repetă. Pentru a absolvi programul de masterat, depunerea ei este obligatorie - scrierea ei este prescrisă. Există reguli stricte privind forma ei pe care trebuie să o respect, de exemplu, ce capitole trebuie incluse, cum să citez referințele, ce font să folosesc etc. - este standardizat. Procesul meu de scriere a fiecărui capitol urmează, de asemenea, același model: fac cercetări, scriu, evidențiez părțile pe care vreau să le includ din literatura de specialitate, apoi le încorporez pe cele două și editez textul final - are o structură. Așadar, de ce scrierea tezei mele nu este considerată un ritual, ci o acțiune obișnuită?

Conform lui Michael Houseman (2003), principalul lucru care le diferențiază pe cele două este că interacțiunile obișnuite răspund la întrebarea „Având în vedere ceea ce simt (și ceea ce pot deduce din sentimentele celorlalți), cum ar trebui să acționez?”, în timp ce interacțiunile rituale răspund la următoarea întrebare: „Având în vedere modul meu de a acționa (și ceea ce pot percepe din acțiunile celorlalți), ce ar trebui să simt?” (p. 295). În plus, acțiunea rituală este „contopită cu contextul său și, prin urmare, doar o încercare de a explica scopul acestui eveniment în ansamblu este o explicație a conținutului” (Bloch, 1974: 43). Pot explica în ce constă scrierea tezei mele fără a intra în conținutul capitolelor, în timp ce dacă încerc să explic care este subiectul tezei mele (munca la constelația familială), ar trebui să explic conținutul acesteia pentru a explica ce este de fapt această metodă pe care o cercetez.

---

[37] În această teză nu mă concentrez pe experiențele clienților, deoarece acestea s-ar încadra mai mult în domeniul psihoterapiei decât în cel al antropologiei.

Mai mult, o altă caracteristică importantă a unui ritual este repetiția în termeni de ocazii repetate și puncte de tranziție în viață sau în cicluri anuale [38]. Lucrul cu constelațiile familiale, ca atare, nu se încadrează în această categorie, deoarece atelierele sale nu au loc des și, atunci când au loc, nu sunt legate de nicio dată specifică și semnificativă. Așa cum am menționat în capitolul anterior, în ceea ce privește selecția clienților, anticiparea participării dă impresia de importanță și secret, amintind de cea din ritualurile religioase (Sax, Weinhold & Schweitzer, 2010). Elementul principal al lucrului cu constelațiile familiale care se repetă mereu este structura și forma sa.

Un ritual comunică și prin simboluri. Are o performanță stilizată, atât dramatică, cât și convingătoare. Conform lui Severi (2002), ritualurile pot fi privite ca „secvențe de acțiuni simbolice", care „generează o stare mentală de credință într-o dimensiune fictivă sau supranaturală a realității" (p. 26). Lucrul cu constelația familială comunică prin metafore.[39] și poate fi văzută ca o secvență de intervenții terapeutice împletite cu propoziții simbolice de vindecare – care vor fi discutate în capitolul următor.

Ritualul inspiră, de asemenea, emoții și virtuți publice - „fie prin durere, fie prin plăcere" (Feuchtwang, 2010: 283). Pe măsură ce avansează, acesta generează așteptări și depinde de finalizarea sa.

Așadar, cum diferă un ritual de o piesă de teatru? O tragedie greacă, de exemplu, are exact aceleași elemente. Comunică prin secvențe de simboluri - acte, personaje și motive. Publicul este transportat într-o lume în care oamenii sunt la mila zeilor. Publicul simte durerea eroului tragic. Pe măsură ce tragedia continuă, „eficacitatea" acesteia depinde de experiența catharsisului de către public [40]. Potrivit lui Houseman (2003), „ceea ce este specific spectacolului este că nu actorii înșiși trebuie să fie mișcați de acțiunea personajelor, ci alții,

[38] Ritualurile ciclului de viață, numite și „Rituri de trecere", sunt legate de tranziția și schimbarea statutului social al unei persoane (Taber, 1981/2004, p. 602).

[39] Conform lui Erving și Miriam Polster (1973), utilizarea metaforelor și analogiilor în limbaj nu numai că ne ajută să ne exprimăm, dar ne modelează și propria experiență. Acest lucru face din limbaj, ca act creativ (Vuksa, 2023: 236).

[40] O catharsis este o stare de eliberare sau „purificare" a milei și fricii pe care o simte publicul în timp ce îl privește pe eroul tragic întâmpinându-și soarta după ce a suferit întreaga piesă. Potrivit lui Aristotel, este o curățare estetică a sufletului pe care o simte publicul în timp ce privește o operă de artă (Zuern, 1998).

spectatorii" (p. 296).

Acțiunea ritualică are un efect atât asupra persoanelor care o efectuează, cât și asupra publicului care o observă. Lucrul cu constelația familială facilitat de terapeut, așa cum voi discuta în acest capitol, este considerat a avea un efect pozitiv și „vindecător" [41]atât asupra clientului, care își stabilește constelația, cât și asupra reprezentanților, care „performează" sau participă activ, și asupra „spectatorilor" sau observatorilor pasivi.

Terapeutul ca „șaman"

Antropologul francez Claude Lévi-Strauss a fost primul care a numit psihanaliza o versiune modernă a tehnicii șamanice [42]. „Șamanul joacă același rol dual ca și psihanalistul", scrie el în cartea sa din 1963, „Antropologie structurală" (pp. 198-199).

Ambele stabilesc o relație directă cu conștientul pacientului și o relație indirectă cu inconștientul său. Cu toate acestea, ele folosesc tehnici diferite: șamanul este un orator, în timp ce psihanalistul este un ascultător (ibid., p.199). În constelațiile familiale, terapeutul este însă ambele. Similar șamanului, terapeutul nu psihanalizează clientul. Spre deosebire de psihanaliză, clientul nu pune cuvinte în gura psihanalistului, ci invers. Cu toate acestea, terapeutul ascultă mult, adunând informații mai întâi de la client și apoi de la reprezentanți - ceea ce îl ajută să aducă ordine în sistemul familial al clientului.

Conform „Dicționarului Abingdon al Religiilor Vii", șamanismul are două faze. Prima fază este diagnosticul, iar a doua este intervenția șamanică, care duce la îmbunătățirea stării persoanei bolnave. Ambele faze se bazează pe utilizarea puterilor șamanului pentru a „vedea" afecțiunea și a o „vindeca" (Gill, 1981/2004, p. 698). „A acționa ca un șaman

[41] „Ritualurile de vindecare sunt folosite pentru a ajuta o anumită persoană sau pentru a vindeca un anumit simptom. Adesea, ele sunt considerate a avea valoare pentru întreaga comunitate sau pentru întreaga lume" (Clothey, 1981/2004, p. 600).

[42] Deși elemente de șamanism pot fi găsite în religiile din întreaga lume, cuvântul „șaman" își are originea în Podișul Tunguska din Siberia. Istoricul romano-american Mircea Eliade a definit șamanismul în cartea sa din 1964, intitulată „Șamanismul: Tehnici arhaice ale extazului", ca o tehnică de extaz care permite șamanului să participe la dimensiuni spirituale. În acest alt plan, prin comunicarea cu spiritele, șamanul facilitează vindecarea (Gill, 1981/2004, p. 696).

eficient”, potrivit lui Severi (2002), „este o «stare a corpului și a minții» foarte specială, temporară, care trebuie dobândită din nou de fiecare dată când este necesară o intervenție rituală” (p. 33).

În lucrul cu constelațiile familiale, terapeutul trebuie să adopte și o „stare temporară specială a corpului și a minții” - aceea a „poziției fenomenologice”. Hellinger o explică astfel:

Există două mișcări interioare care duc la introspecție. Una, care se întinde pe nevăzut, dorința de a înțelege și de a controla necunoscutul. Aceasta este cercetarea științifică... A doua mișcare are loc atunci când ne oprim în eforturile noastre de a înțelege necunoscutul, permițându-ne atenției să se odihnească nu asupra particularităților, pe care le putem defini, ci asupra întregului mai mare... Ne oprim în mișcarea de a întinde pe nevăzut, ne retragem puțin, până când ajungem la liniștea interioară competentă să se ocupe de vastitatea și complexitatea întregului mai mare. Această cercetare, care se orientează mai întâi în interioritate și reținere, o numesc fenomenologică (2001: 2, citat în Cohen, 2006: 3).

La fel cum șamanul intră în extaz, terapeutul intră în „câmp” cu postura sa și, din acel loc, caută ceea ce este vizibil. Păstrându-și „postura fenomenologică”, în loc să aibă o idee preconcepută despre ceea ce se întâmplă, terapeutul ar trebui să fie atent. Toate intervențiile ar trebui făcute nu dintr-un loc superior de cunoaștere, ci din deschidere și încredere în câmp - permițând atât dinamicii ascunse, cât și rezoluției sale ulterioare să iasă spontan din câmp.

După stabilirea „diagnosticului”, terapeutul, prin intervențiile sale [43], modelează narațiunea care se desfășoară într-una mai ordonată:

Prima decizie pe care trebuie să o ia este dacă să înființeze familia actuală sau familia de origine. Următoarea decizie este pe cine să includă în constelația inițială. Apoi, terapeutul trebuie să permită imaginii constelației să aibă un efect asupra ei înseși. Apoi, îi întreabă pe reprezentanți cum se simt în poziția în care se află.

---

[43] Houseman (2003) compară discursul terapeutului cu cel al unui actor în timpul unei reprezentații: „intervenția sa verbală nu are scopul de a exprima sentimente”, ci de a provoca o reacție la altcineva, adică la client (p. 297).

Uneori, un reprezentant (sau toți reprezentanții) privesc într-o singură direcție. Această mișcare sugerează în mod clar că se uită la cineva care a fost uitat sau exclus din sistemul familial. Apoi, terapeutul întreabă clientul dacă știe cine ar putea fi această persoană. Având în vedere legea „fiecare are dreptul să aparțină", terapeutul întreabă clientul: „Cine aparține familiei tale? Cine a fost exclus? Au existat avorturi, pierderi de sarcină sau copii născuți morți? Există copii extraconjugali? Au existat crime? etc.". Când persoana dispărută este descoperită, se adaugă un reprezentant pentru acel membru al familiei. Dacă clientul nu știe exact ce s-a întâmplat, terapeutul ar putea dori să includă un reprezentant abstract, o persoană care reprezintă „Secretul", de exemplu.

Așa cum am menționat anterior, lucrarea începe cu doar câteva persoane și permite constelației să se dezvolte pas cu pas, adăugând singură altele, după cum este necesar. Prin procesarea istoriei și dinamicii familiei clientului în acest fel, terapeutul face pașii următori de la constelația inițială, colectând informații de la client pentru pasul următor, fără a face nimic mai mult sau a întreba altceva decât ceea ce are nevoie acesta pentru acest pas curent. Constelația rămâne concentrată pe ceea ce este esențial și își păstrează tensiunea și intensitatea inerente.

Terapeutul trebuie să fie în permanență atent ca reprezentanții să nu le confunde fanteziile și interpretările cu percepțiile reale. De asemenea, terapeutul nu trebuie să se lase implicat în destinul clientului și al familiei sale. De aceea, cu cât atât terapeutul, cât și reprezentanții au mai puține informații anterioare despre familie, cu atât mai bine.

Lucrul cu constelațiile familiale are cele trei elemente ale „complexului șamanic" despre care a scris Lévi-Strauss (1963: 179-180):

Primul element este șamanul care trece printr-o „stare specifică de natură psihosomatică". Facilitatorul face și el acest lucru într-un fel. Trebuie să rămână deschiși pentru a fi „atiși" de acest „suflet mai larg al familiei", abținându-se de la orice direcție din partea sa și rămânând profund umili și în așteptare. Terapeutul trebuie să fie prezent în câmpul care îl înconjoară și care îl ghidează dacă este deschis să primească semnalele acestuia. Apoi, dintr-o dată, o imagine, un cuvânt sau o propoziție poate apărea, ghidându-l către pasul următor. Abia la

sfârșitul constelației va fi clar dacă acesta a fost pasul corect sau dacă a ajutat cu adevărat.

Al doilea element este cel al persoanei bolnave, care poate experimenta sau nu o îmbunătățire a stării sale. Participantul la munca cu constelația familială nu are nicio garanție că a) va fi ales drept client și b) că, dacă este ales, constelația va ajunge la o rezolvare.

Al treilea element este cel al publicului, care, conform lui Lévi-Strauss, participă și el la vindecare și la sprijinul colectiv, în timp ce șamanul le oferă un spectacol. Constelațiile familiale, deși reprezintă o metodă terapeutică, pot fi privite ca un spectacol la care publicul participă și este afectat în același timp.

În esență, în lucrul cu constelația familială, terapeutul trebuie să preia informațiile necesare de la client, să intre în constelație, să vadă cum stau lucrurile și să le recunoască. Prin utilizarea intervențiilor și rearanjarea reprezentanților în spațiu, echilibrul schimbului de idei din sistem este restabilit. Odată ce terapeutul aduce ordine în familie, aceasta se întoarce la realitatea rearanjată pe care a readus-o la viață.

Reprezentanții ca „persoane de prag"

După discuția cu facilitatorul, clientul selectează reprezentanți pentru fiecare membru al familiei sale din grup. După cum am menționat anterior, aceștia sunt selectați aleatoriu, fără nicio intenție anume, și este de fapt mai bine dacă nu se ia în considerare aspectul lor - este irelevant pe cine alege deținătorul problemei, dar este recomandat ca reprezentantul selectat să fie de același gen cu membrul familiei pe care îl reprezintă. Prin asumarea rolului de client sau de membru al familiei sale, reprezentanții devin parcă „medii", deoarece, susținuți de „câmp", încep să canalizeze dinamica familială a persoanelor pe care le reprezintă. Experiența participării la munca în constelația familială, conform lui Duncan (2017), este echivalată cu „punerea sinelui în slujba unui sistem familial, atunci nu este a ta" (p. 490).

Aș argumenta că este important ca reprezentanții să prezinte atribute de liminalitate. În articolul său din 2003 intitulat „Către un model antropologic de practică psihoterapeutică", Michael Houseman scrie că terapia sistemică poate fi considerată un proces ritualic tocmai

pentru că face referire la „progresia tripartită a riturilor de trecere” a lui Arnold van Gennep, [44]adică:

1. separare -> 2. liminalitate -> 3. agregare (p. 289).

În timpul ritualului, reprezentanții devin *personaje liminale* sau așa-numiții „oameni prag”, așa cum îi numește Turner (1969: 95), supuși și tăcuți. În același timp, ei se află între propria identitate și poziția în sistemul familial pe care au fost desemnați să o reprezinte. Similar neofitului lui Turner (ibid., 103), reprezentanții trebuie să fie o tabula rasa pe care este înscrisă, în acele aspecte care țin de noul lor statut, nu cunoștințele și înțelepciunea grupului, ci cunoștințele și înțelepciunea „câmpului familial”.

O altă caracteristică a reprezentanților este anonimitatea lor - deoarece Clientul nu știe nimic despre persoanele pe care le alege să le reprezinte pe membrii familiei sale. Relațiile dintre participanți ar putea la fel de bine să fie cele ale unor „străini indirecti” (Fingerman, 2009 în Houseman, 2021: 87).

În articolul său din 2021, intitulat „Devenind autonomi împreună: Intimitate distanțată în dansurile autodescoperirii”, Houseman scrie că „intimitatea distanțată” prezentă printre participanții la *biodență* este similară cu cea întâlnită „în Occidentul actual, în special în psihoterapie” (ibid.). Participanții săi, care nu au relații în afara acestor sesiuni, se angajează în „punerea în scenă, pentru ei înșiși și unul pentru celălalt, a unei reprezentări convenționale (occidentale contemporane) a ceea ce ar trebui să fie o relație «autentică»: spontană, onestă, elocventă din punct de vedere emoțional, intimă, grijulie, plăcută și așa mai departe” (ibid., 95). Acest lucru este similar cu ceea ce vedem întâmplându-se în munca cu constelații: odată ce oamenii din grup intră în rolul membrilor familiei clientului, încep să manifeste spontan emoții îndreptate către alți reprezentanți.

La fel ca terapeutul, reprezentanții sunt rugați să se retragă în interior, departe de propriile intenții, temeri și ideologii. În timpul procesului de instalare, li se cere să acorde o atenție

[44] Ritualurile de separare sau *riturile preliminare* asigură faptul că persoana se separă de vechiul său statut social într-un mod corespunzător. Ritualurile de liminalitate sau *riturile de prag* asigură siguranța în timpul perioadei de tranziție periculoase dintre statusuri - nefiind nici aici, nici acolo. În timp ce ritualurile de agregare sau *riturile postliminale* servesc la încorporarea persoanei cu un nou statut social în noua sa lume (van Gennep, 1909/1960; Taber, 1981/2004).

deosebită indiciilor subtile ale modificărilor stării lor fizice sau emoționale. Orice imagini, sunete sau cuvinte care ar putea apărea sunt utile de raportat, chiar dacă nu au sens. Reprezentanții sunt rugați să își raporteze sentimentele interioare imediate, dar nu să le interpreteze!

Acest proces nu poate fi forțat, trebuie să fie spontan. În studiul său din 2017 despre „Constelațiile familiale mexicane", Duncan relatează despre experiențele uneia dintre informatoarele sale care a făcut exact această greșeală în timp ce era informatoare:

„M-am supărat pentru că, cu cât voiam mai mult să, ăă, contactez – sau «să mă pun în slujba», uneori simțeam – spuneam – «e că nu simt nimic! Nu percep nimic»... Dar când am început să înțeleg că nu era vorba de a interpreta cu capul, ci de a te lăsa să simți (el dejarte sentir) – acolo am început să înțeleg, să înțeleg natura tuturor lucrurilor. Atunci am început cu adevărat să trăiesc constelațiile sută la sută, știi? În momentul în care încep să nu mai gândesc cu capul și să-mi mișc corpul sau să scot emoțiile pe care le simt în acel moment, și asta e tot" (pp. 499-500).

Prin participarea la constelația familială, reprezentanții își pierd într-un fel individualitatea. Similar ritualurilor de circumcizie Ndembu descrise de Turner (1969), în care novicii sunt dezbrăcați de hainele seculare atunci când trec pe sub poarta simbolică (p.108), reprezentanții din munca în constelația familială sunt dezbrăcați de identitățile lor atunci când acceptă rolul unui anumit membru al familiei. De obicei, acest lucru se face verbal, clientul întrebând explicit:

„Acceptați ______ (introduceți numele) rolul de _________ (introduceți membrul familiei mele)?"

Persoana poate accepta sau refuza această responsabilitate. Cu toate acestea, această „deposedare de identitate" este și mai vizibilă în mediul online, unde numele voluntarilor sunt schimbate, de exemplu, în: „Client", „Mamă", „Sora mai mică", corespunzătoare membrilor sistemului familial reprezentați. Acest lucru este și mai evident în atelierele online, unde grupul poate vedea vizual pe ecran cum numele lor se transformă în titlul noului lor rol. După cum am menționat, în timpul constelației, reprezentanții, ghidați de terapeut,

experimentează cu poziționarea lor spațială în relație unul cu celălalt. Conform lui Franke (2017), aceste reprezentări spațiale ale relațiilor sunt prezentate sub forma unei metafore (p. 24). Dinamica ascunsă se exprimă și comunică vizual, în timp ce reconfigurarea și vindecarea lor se fac verbal (vezi Capitolul 8).

Când tot ce trebuie spus este spus, acceptat și sistemul este pus în „ordine”, constelația se încheie, iar numele fiecărui reprezentant este schimbat înapoi - redându-le simbolic și identitățile.

Când i-am întrebat pe informatorii mei despre experiențele lor ca reprezentanți, au raportat următoarele:

Edgar a fost motivat să participe ca reprezentant datorită curiozității sale. *„Nu aveam absolut nicio așteptare, voiam doar să văd despre ce este vorba. De asemenea, voiam să văd ce trăiesc participanții, dacă era într-adevăr real”.* Acum, la mulți ani după prima sa introducere în constelațiile familiale, este un participant activ - dacă participă la un atelier, sunt șanse mari să reprezinte cel puțin un membru al familiei în ziua respectivă. Motivele pentru aceasta sunt duble, a spus el. Pe de o parte, *„există întotdeauna o lipsă de studenți de sex masculin, așa că, dacă mă ofer voluntar, există o șansă mai mare să fiu ales”.* Pe de altă parte, această decizie este practică - din moment ce este acolo și a plătit pentru a participa, ar putea la fel de bine să participe, a explicat el.

În anul în care am participat la aceste ateliere, Mary a fost una dintre persoanele pe care le-am observat cel mai mult datorită participării sale active ori de câte ori a avut ocazia. Când am întrebat-o despre asta, mi-a spus că se oferă voluntar să participe pentru a câștiga experiență: *„Vreau să câștig cât mai multă experiență posibil, astfel încât să devin o terapeută gestalt mai competentă.”*

Când vine vorba de „adoptarea” identității membrului familiei clientului, Emily a spus că nu a avut niciodată temeri în această privință. *„Când preiau un rol, simt un sentiment de gol. Și după un timp, apare o mișcare sau o senzație în corpul meu, care nu exista acum trei minute. Ca reprezentanți, trebuie să fim conștienți de cine sau ce ne atrage atenția, ne face să ne simțim inconfortabil sau entuziasmați.”*

Mary a spus că atunci când își asumă un rol, este deschisă să vadă ce se întâmplă în domeniu: *„Stau acolo și privesc în interior, pentru că acestea sunt instrucțiunile terapeutului... Conștientizarea faptului că intru într-un domeniu mă ajută să rămân cu picioarele pe pământ și să separ propriile sentimente personale de sentimentele persoanei pe care o reprezint”.* De asemenea, a spus că atunci când ceva îi lasă o impresie sau o mișcă, se întreabă: *„De unde vine asta? Ce anume din viața mea a declanșat o astfel de reacție?”*

„Intensitatea sentimentelor pe care le am într-un rol depinde de energia pe care o are acel rol”, a spus Edgar. La fel ca Emily, el nu a avut niciodată o problemă în a se retrage dintr-un rol, deși a auzit că unii oameni au probleme cu asta. Ceea ce a experimentat însă este că atunci când rolul unui reprezentant îi aduce propriile gânduri - atunci când se poate identifica cu propriile experiențe personale în povestea clientului, cum ar fi moartea unei persoane dragi: *„Apoi, acele sentimente și gânduri rămân cu mine o zi sau două”.*

Conform spuselor lui Mary, intensitatea sentimentelor din timpul atelierului depinde și de persoana pe care o reprezinți. *„Când ești în rolul clientului, ai mult mai multă responsabilitate decât atunci când ești doar un reprezentant obișnuit. Ca și client, trebuie să fii atent la toți ceilalți din domeniu. Nivelul de implicare este mult mai mare, deoarece tu ești cel care duce terenul. Există, de asemenea, conștientizarea faptului că acel client trebuie să obțină tot ce poate din această constelație.”*

În munca în constelație familială, reprezentanții lucrează în slujba clientului și a sistemului familial al clientului.

Mary a relatat că, după o constelație în care a fost reprezentantă, a comentat cum a simțit *„multă dragoste pe teren”.* Ulterior, clienta i-a trimis un mesaj și i-a spus că a însemnat foarte mult pentru ea să audă asta. *„Acesta a fost sentimentul dominant în acea constelație și m-am gândit că ar putea fi semnificativ pentru clientă să-l audă. Și a fost...”*

Totuși, de cele mai multe ori, prin acceptarea rolului de reprezentant, participanții lucrează la propriile probleme și dificultăți. Potrivit lui Emily, *„când eram client, am primit feedback de la persoanele care erau reprezentanți în sistemul familial al meu, care mi-au spus că au avut o experiență similară fie în viața personală, fie în familia lor”.*

Când vine vorba de a fi doar un observator și de a nu participa activ, Edgar a spus: *„Când am întâlnit pentru prima dată munca cu constelația familială, nu am participat direct. Cu toate acestea, am avut impresia că ceea ce văd cum se desfășoară nu sunt vorbe goale. Foarte curând am vrut să mă ofer voluntar să particip.”* Mary a fost de acord cu Edgar, spunând: *„Simpla observare m-a ajutat cu propriile mele procese”.* Emily a spus că, într-un număr mare de cazuri, o persoană se poate identifica cu problemele sau blocajele din viața clientului - *„chiar dacă nu participi, ca observator, faci totuși parte din domeniu.”*

Luând în considerare experiențele informatorului meu cu privire la importanța faptului de a avea un public și de a fi printre public în timpul lucrului cu constelația familială, partea acestui capitol se va concentra pe rolul observatorilor și pe relația lor cu clientul.

Observatorii ca „martori publici”

După ce Clientul își așază reprezentanții membrilor familiei sale în spațiu, acesta părăsește constelația și se întoarce la locul său (sau pur și simplu oprește camera în cadrul atelierelor online). Din exterior, el urmărește desfășurarea poveștii familiei sale. Are loc o schimbare, Clientul se află în exterior și privește în interior, iar membrii selectați ai grupului se află în interiorul sistemului familial.

Conform lui Mayer și Viviers (2016), munca în constelația familială include „atât vindecarea individuală, cât și cea colectivă” (p. 106). Spre deosebire de ritualurile Zulu, unde vindecarea familiei se face în cadrul unei familii, cu membri ai familiei aflați în apropierea gospodăriei (Abraham: 1962, în ibid.), grupul constelației este, în majoritatea cazurilor, compus din străini care, în timpul constelației, acționează ca reprezentanți ai membrilor familiei clientului. În această reuniune, o singură dată, într-un mod de atelier (Sax, Weinhold & Schweitzer, 2010), acei străini devin o comunitate. În timpul petrecut împreună, fiecare lucrează în slujba Celuilalt, în slujba clientului. La rândul său, în timp ce clientul este cel care își rezolvă propria problemă personală (ceea ce îl face „Susținătorul Problemei”), el sau ea rezolvă, în același timp, problemele grupului.

Datorită contextului lor de grup, constelațiile familiale includ atât vindecarea individuală, cât

și cea colectivă - vindecarea sistemului familial, precum și vindecarea participanților și observatorilor ritualului. Participarea, indiferent de rol, oferă membrilor grupului posibilitatea de a reflecta asupra lor înșiși. După ce constelația se termină și „nodul” din sistem este rezolvat, toți cei implicați simt un fel de catharsis.

Conform lui Houseman (2003), eficacitatea unei acțiuni ritualice necesită ca participanții să „aibă o experiență personală a acesteia” (p. 295). Conform lui Franke (2017), eficacitatea terapiei de grup necesită ca procesele terapeutice să înceapă la toți participanții, atât la cei care observă, cât și la cei aflați în roluri (p. 17).

Ceea ce face ca terapia constelațională să fie atât de eficientă și ceea ce o diferențiază de terapia individuală este tocmai prezența „martorilor publici” (Sax, Weinhold & Schweitzer, 2010: 74). Toți cei prezenți sunt invitați să recunoască conflictele și să participe la reconcilierea lor: „Relațiile familiale perturbate sau disfuncționale sunt identificate și apoi reconfigurate public și ritualic” (ibid.).

După încheierea atelierului, se încheie și comuniunea tuturor celor implicați - ei se întorc la statutul de străini și se întorc la viețile lor, care, dacă constelația a funcționat într-adevăr, curg de „dragoste iluminată”.

După cum s-a discutat, toți cei care participă la atelier participă într-un fel la acesta. În cartea sa din 1981, intitulată „Forme de vorbire”, sociologul Erving Goffman introduce conceptul de *„ Footing”,* pe care l-a definit ca „alinierea pe care o adoptăm cu noi înșine și cu ceilalți prezenți, exprimată în modul în care gestionăm producerea sau recepționarea unui enunț” (p. 128). El pornește de la a pune sub semnul întrebării „modelul tradițional al vorbirii ca schimb diadic între un vorbitor și un ascultător” (Goodwin & Goodwin, 2004: 223), definind în cele din urmă ceva ce a numit *Cadrul de participare* - „statutul de participare combinat [45]al tuturor participanților la o adunare la un moment dat”.

Conform lui Goodwin și Goodwin în capitolul lor intitulat „Participarea” din lucrarea lui Duranti „A Companion to Linguistic Anthropology”, participarea este o „realizare situată,

[45]Goodwin și Goodwin explică *statutul de participare al lui Goffman* ca fiind: „relația dintre orice participant și enunțul său, privit din punctul de referință al adunării sociale mai largi” (2004: 223).

multipartită” (p. 231), deoarece unește vorbitorii și ascultătorii într-un „curs comun de acțiune” (ibid., p. 227).

Având în vedere toate acestea, aș argumenta că limbajul, adică schimbul verbal, este liantul care ține laolaltă grupul constelației familiale.

Capitolul 8: **Utilizarea rituală a limbajului**

Înainte de a continua să interpretez „propozițiile vindecătoare” ca utilizare rituală a limbajului, să menționăm pe scurt ce este, de fapt, limbajul.

„ Limbajul este a face cunoscut ceva prin cuvinte”, a scris Aristotel în „Poetica” sa (citat și tradus în Heidegger, 1988/2007, p. 17).

Limbajul este în primul rând un mijloc de comunicare între oameni. Este alcătuit din sunete și litere, care, într-o combinație specifică, alcătuiesc cuvinte specifice, care apoi formează fraze și propoziții specifice - pe care le folosim apoi pentru a ne transmite informații specifice unii altora. Potrivit lui Heidegger, scopul unui discurs este de a face „ceva accesibil ca fiind acolo, în spațiul deschis, ca fiind disponibil” (ibid.).

Conform lingvistului rus Roman Jakobson (1942), orice cuvânt este o combinație a două părți: sunetul și sensul său. „Semnul are două laturi: sunetul, sau latura materială, pe de o parte, și sensul, sau latura inteligibilă, pe de altă parte. Fiecare cuvânt și, mai general, fiecare semn verbal, este o combinație de sunet și sens sau, altfel spus, o combinație de semnificant și semnificat” (ibid.).

Dacă schimbăm elementele definiției lui Jakobson: semnificantul în cuvinte și semnificatul în acțiune, adică rit, o putem implementa acum pentru a descrie un ritual. „Cuvintele pot fi nu doar simboluri, ci și fapte”, scrie Durianti în lucrarea sa „Antropologia lingvistică” (1997: 214).

Conform antropologului britanic Edmund Leach (1966), „cuvintele nu sunt una, iar ritul altceva. Rostirea cuvintelor în sine este un ritual” (p. 407, citat în Severi, 2002: 33). Dacă înțelegem acest lucru ca fiind atât lucrurile pe care oamenii le fac, cât și cele pe care le spun în timpul unui rit, un ritual, îl putem implementa în munca cu constelațiile familiale și îl putem folosi pentru a interpreta „propozițiile vindecătoare”.

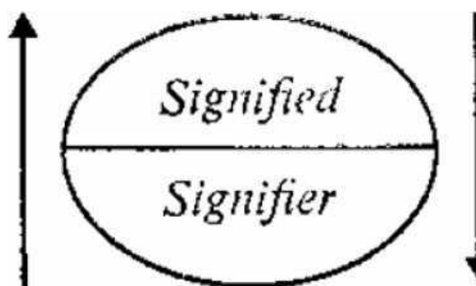


Figure 2: Jakobson's famous model of a verbal sign (drawn by the author in 1978:3)

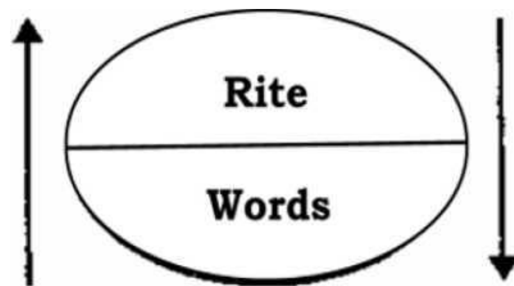


Figure 3: Leach's definition of a ritual, put on Jakobson's model (made by me)

Un instrument important al constelațiilor familiale este utilizarea limbajului, sub forma „propozițiilor vindecătoare”, care în sine sunt și un tip de ritual. Acestea servesc ca o intervenție pentru a pune reprezentantul în locul și rolul său adevărat. Este o afirmație explicită a „ceea ce este” - deoarece „recunoașterea a ceea ce este” este rezoluția care aduce „ordine în sistem”. Rostind anumite propoziții, terapeutul compară sistemul familial ideal cu modul în care lucrurile stau de fapt în familia clientului și introduce „legile naturale” ale apartenenței, ierarhiei și echilibrului, pe care le-am discutat în detaliu în Capitolul 2.

O observație interesantă pe care am făcut-o în timpul cercetărilor mele pe teren este că, după câteva ateliere, toate constelațiile au început să arate la fel. Deși fiecare constelație

este diferită, deoarece fiecare familie este diferită, după un timp, toate „încurcăturile" și rezolvările lor au început să sune la fel - iar același set de rezolvări este cel mai bine înțeles în termeni de „propoziții vindecătoare".

Lucrarea despre constelația familială evocă faimoasa comparație a lui Lévi-Strauss între ritualurile șamanice ale indienilor Cuna și psihanaliza occidentală în „Antropologie structurală" (1963). El scrie că incantația cântată a indienilor Cuna, care ajută șamanul să faciliteze nașterea dificilă, poate fi privită ca un tip de „manipulare psihologică" directă și explicită a stării patologice (ibid., p. 192). Deși recitațiile șamanice sunt improvizate, așa cum scrie Severi în articolul său din 2002 „Memorie, reflexivitate și credință. Reflecții asupra utilizării rituale a limbajului", ele nu depind în întregime de voința șamanului, deoarece „sunt orientate de un context special de interacțiune și comunicare, care este văzut ca fiind radical diferit de viața socială obișnuită" (p. 24).

Prin comparație, terapeutul, folosind un limbaj aparent prozaic, reorganizează și narațiunea (făcând apel nu la mit, ci la structura ideală a unui sistem familial!), ceea ce induce eliberarea procesului fiziologic, adică a reorganizării, într-o direcție favorabilă și reintegrează într-un întreg în care totul are sens (Lévi-Strauss, 1963: 197-8).

Scopul intervenției șamanului indian Cuna este de a *„reintegra* un *suflet lipsă* în corpul persoanei bolnave" (Severi, 2002: 32), în timp ce scopul intervenției terapeutului este de a reintegra persoana exclusă în sistemul familial al clientului.

Pentru a ilustra cum arată această utilizare rituală a limbajului în practică, vom analiza două exemple:

Primul exemplu provine din literatura primară, din transcrierea atelierelor lui Hellinger intitulate „Touching Love" (1999). Deși l-am inclus deja în Capitolul 2, pagina 19, haideți să-l citim încă o dată, acum având cunoștințe de bază despre metoda și funcționarea lucrului cu constelațiile familiale:

Hellinger: *Spune-i* [tatălui decedat]: ***„Te respect ca tată."*** **Carol:** *Te respect ca tată.*
Hellinger: ***„Te voi iubi mereu ca pe un tată."***
Carol: *Te voi iubi mereu ca pe un tată.*
Hellinger: ***„ Te rog să mă binecuvântezi dacă rămân" „*** [în viață]. "

Carol: (începe să plângă) *Și te rog să mă binecuvântezi dacă rămân.* **Tatăl:** *Vreau să rămâi și îți dau binecuvântarea mea.*

Hellinger: *Spune-i:* ***„ Ești încă prezent pentru mine ".***
Carol: (plângând) *Ești încă prezentă pentru mine.*
Hellinger: ***„ Viața ta continuă în mine."***
Carol: *În mine, viața ta continuă.*
Hellinger: ***„ Te respect rămânând."***
Carol: *Te respect rămânând.*

- „Atingând dragostea" (1999:24-25)

Aș dori doar să menționez acum că, în toată literatura pe care am găsit-o și am citit-o despre lucrul cu constelațiile familiale, o „propoziție vindecătoare" este considerată a fi propoziția care dă atingerea finală și aduce o rezoluție - în exemplul de mai sus, aceasta ar fi ultima propoziție *„Te respect rămânând".* Cu toate acestea, din propriile mele observații din timpul muncii de teren, sunt înclinat să cred că propozițiile vindecătoare sunt într-adevăr toate propozițiile care îi ghidează pe reprezentanți către o „armonie" în sistemul familial - în exemplul de mai sus, consider toate propozițiile vindecătoare pe care le-am îngroșat și colorat cu mov ca fiind „propoziții vindecătoare".

Așa cum s-a stabilit în capitolele introductive, atunci când există un nod în câmpul prezent, adică atunci când clientul este blocat în viața sa, acest lucru se întâmplă cel mai adesea din cauza „loialității oarbe" a copilului față de un părinte. În exemplul de mai sus, Hellinger a folosit această intervenție pentru a încuraja reprezentantul lui Carol să-și recunoască mai întâi tatăl și apoi să ceară permisiunea de a trăi (viața ei), în timp ce reprezentantul tatălui a fost încurajat să-i dea copilului său binecuvântarea, astfel încât Carol să se poată onora atât pe sine, cât și pe sine și să „meargă mai departe".

Primul lucru pe care îl putem observa în legătură cu utilizarea limbajului în lucrul cu constelațiile familiale este că comunicarea dintre participanți nu este dialectică, ci mai degrabă a devenit o chestiune de repetare a intervențiilor terapeutului, adică a „propozițiilor vindecătoare".

Un participant a comentat odată intervențiile terapeutice ale lui Hellinger în timpul unui atelier, spunând că acestea sunt foarte directive, aproape ca și cum le-ar fi spus

reprezentanților ce să facă, la care Hellinger a explicat:

> *Da, la prima vedere, sunt foarte directiv. Dar procesul în sine e mai complicat. Observ constant, încercând să văd unde vor oamenii să meargă și unde sunt blocați. Când există o încurcătură sistemică implicată, clienții nu pot găsi singuri propozițiile eliberatoare - asta necesită o cunoaștere a dinamicii sistemelor pe care de obicei nu o au. Dacă găsesc o propoziție care ar putea fi utilă, o trimit în sus ca pe un balon de testare și observ cu atenție să văd ce se întâmplă. Pot vedea rapid dacă am oferit o propoziție care ajută sau dacă oferta mea a fost în afara țintei. Dacă este în afara țintei, atunci îl las pe client să mă conducă către alta. Este o metodă de încercare și eroare. Este foarte clar pentru toată lumea când găsim propozițiile care ajută. Clientul mă îndrumă, iar eu fac tot posibilul să urmez cu fidelitate.* (în „Touching Love", 1998: 240-241)

A doua observație este că limbajul în sine este puternic formalizat. Limbajul este, pe de o parte, sărăcit, dar, pe de altă parte, „politicos, respectuos și sfânt" (Bloch, 1974: 27). După cum se observă în ambele exemple, acesta nu este modul obișnuit în care un părinte și o fiică comunică, „Este un mod de vorbire simplu, aproape arhaic" (Ulsamer, 2005: 120-121, citat în Pritzker & Duncan, 2019: 475). Potrivit lui Block, deoarece „libertatea implicată de discursul natural cotidian" este abandonată, limbajul formalizat este mai puternic (1974: 27).

<u>Al doilea exemplu</u> provine din propria mea muncă de teren. Clienta era o tânără femeie care s-a născut la o zi după ce părinții ei au fugit din război într-o țară vecină, acum aproape 30 de ani. Constelația a fost formată din doar 3 membri: mama, sora mai mică și clienta, ulterior fiind introduși tatăl ei recent decedat și fratele nenăscut. Văzând că încă lipsea ceva din sistem, terapeuta Lidija Pecotic a adăugat un alt reprezentant - reprezentantul traumei războiului pe care a trăit-o familia. După această adăugare, încet-încet a început să apară o rezoluție:

Mama: E atât de gol. Am pierdut totul. Totul a rămas acolo. E ca și cum nu te mai pot vedea clar *plânge puțin* Îmi este foarte dor de tot. Chiar și acum^ Dar înseamnă mult că au trecut atâția ani încât pot arunca o privire rapidă la el.
Terapeut: Ce îți lipsește?
Tăcere

Mama: E ca și cum cineva ar trebui să-mi spună ceva, dar nu știu ce... Și nu știu cine. Mă uit acum la fiica mea cea mare.
Terapeut: Fiică mai mare, poți spune **„ Mamă, m-am întors în locul de unde am venit?”**
Client: Mamă, m-am întors în locul de unde am venit
Terapeut: „Șase luni după moartea tatălui”
Client: La șase luni după moartea tatălui
Terapeut: „Am vrut să văd locul acela”
Client: Am vrut să văd locul acela.
Terapeut: „Am văzut-o”
Client: Am văzut.
Terapeut : „Au trecut mulți ani”
Client: „Au trecut mulți ani”
Mama: Mulțumesc pentru asta. Mulțumesc că nu ai uitat. Și că ai mers acolo. Înseamnă mult să știu că ai mers acolo.
Client: Mă voi întoarce acolo din nou.
Mama: Este important să nu uiți
Client: Nu voi uita
Mama: Mă simt tristă, dar simt o ușurare. Înseamnă mult că ai spus că nu vei uita.
Terapeutul: Mamă, poți să spui asta traumei războiului? Spune **„Am supraviețuit”**
Tăcere
Mama: Pot spune asta, dar nu este adevărat. Nu simt că acesta este adevărul. **Terapeutul:** Ce ai senzația că este adevărul?
Tăcere
Mama: Nu știu.
Traumă de război: Pot să spun ceva? De fiecare dată când o aud pe mamă vorbind, simt o ușurare. **Terapeutul:** Spune-i: **„Mă bucur că ai supraviețuit”.**
Trauma războiului: Mă bucur că ai supraviețuit
Terapeut : **„Mă bucur că familia ta a supraviețuit”**
Traumă de război: Mă bucur că familia ta a supraviețuit *Tăcere*
Mama: Pot să mă uit la traumă pentru o clipă.
Traumă de război: Spatele meu se simte mai bine. Ca și cum aș fi mai ușor.
Terapeut: Mamă, spune **„ Acum te pot vedea”**
Tăcere
Terapeut: Mamă?
Tăcere
Mama: Am dispărut, totul a dispărut pur și simplu.

Partea 1/2

*Conexiunea la internet a reprezentantului mamei s-a întrerupt pentru o clipă**[46] [47]
Terapeut: Poți spune **„ Am dispărut, dar acum am reapărut”?**
Mama: Am dispărut, dar acum am reapărut.

[46] În timp ce pentru un novice acest lucru ar putea fi văzut ca „ruperea aleatorie a conexiunii la internet”, pentru cineva care practică psihoterapie, această pierdere a conexiunii în acest moment exact al dialogului ar putea fi interpretată ca „perturbarea câmpului” sau ca încercarea câmpului de a „comunica”.
[47] Această parte a dialogului a fost ștearsă pentru a proteja identitatea clientului.

Terapeut: Poate ar trebui să le spui asta tuturor. **„ A fost teribil. Mi-a fost foarte frică, mai ales pentru copilul meu. Eram însărcinată. Acelea au fost ultimele zile ale sarcinii mele. Am dispărut.”**
Mama: A fost teribil. Am dispărut. Dar am reapărut din nou... Mi-a fost foarte frică pentru copilul meu. A fost oribil... Dar am reapărut. E ca și cum acum pot în sfârșit să spun: Sunt aici! **Terapeutul:** Spune **„Sunt aici”.**
Mama: Sunt aici!
Terapeut: Încă o dată - „Sunt aici”. **Mama:** Sunt aici. Sunt aici! SUNT AICI!
[47]
Terapeut: Exact. **„Acolo îmi este locul.”**
Mama: Acolo îmi este locul. Locuiesc aici.
Terapeut: **„Acolo mi-am crescut familia”**
Mama: Acolo mi-am crescut familia. Mă simt împăcată când spun asta.
Terapeut: Așa este. Poate este un fel de recunoștință față de locul în care te afli acum.
Mama: Sunt recunoscătoare că aparțin acolo. Că acest loc face parte din viața mea.
Terapeut: Poți spune **„Aparțin AICI” în** loc de „acolo”?
Mama: Desigur! **chicotește** Sunt recunoscătoare că sunt aici, unde sunt acum.

Partea 2/2

După ce constelația de mai sus a fost setată, a ieșit la iveală dinamica ascunsă a acestui sistem familial. Mama clientului a fost cea blocată după ce a lăsat totul în urmă în timpul războiului. Potrivit clientei, ea nu a recunoscut niciodată acea traumă - care s-a manifestat în constelație ca fiind reprezentativ pentru mama care nici măcar nu a putut privi reprezentativul traumei de război. Prin urmare, intervenția terapeutului a fost de a recunoaște ceea ce este - sau, în acest caz, ceea ce a fost: „Au trecut mulți ani”, „Am supraviețuit”, „A fost teribil. Mi-a fost foarte frică”. Prin verbalizarea acestor sentimente, această traumă a fost recunoscută ca ceva ce s-a întâmplat acestei mame și familiei și ca ceva ce aparține sistemului familial, care a fost poarta de acces către „desfacerea nodului” din sistemul clientului și încheierea constelației.

O altă observație pe care am făcut-o cu privire la utilizarea limbajului, relevantă în special pentru munca online cu constelații familiale, este că, pe lângă faptul că este vorba de intervenții terapeutice, acesta servește și scopului de a coordona comportamentul participanților. Pe de o parte, terapeutul folosește „propoziții vindecătoare” pentru a coordona reprezentanții unui sistem familial către o poziție mai ordonată. Pe de altă parte, reprezentanții, care nu împart același spațiu fizic, folosesc limbajul pentru a se coordona

reciproc în spațiul virtual. Participanții folosesc limbajul pentru a „și arăta unii altora ce fac și cum se așteaptă ca ceilalți să se alinieze la activitatea momentului" (Goodwin și Goodwin, 2004:222).

Deși lucrarea lor nu are nicio legătură cu această metodă terapeutică, descrierea lui Goodwin și Goodwin privind participarea la o conversație poate fi aplicată și participării la munca în constelația familială. „Limbajul și acțiunea întrupată oferă resurse cruciale pentru realizarea unei astfel de ordini sociale", scriu ei (ibid). Limbajul („propozițiile vindecătoare") și acțiunea întrupată (contactul fizic și mișcarea coordonată) sunt, de asemenea, resurse cruciale pentru realizarea „ordinii" în sistemul familial. În atelierul online de constelații, în absența contactului fizic, tot ce rămâne este limbajul.

Limba în sine este cheia stabilirii ordinii în sistemul familial.

Clientul aduce în discuție grupului o problemă persistentă, iar aceștia o verbalizează, cel mai probabil pentru prima dată. De asemenea, verbalizează cum este să fie în familia lor. Apoi fac un pas înapoi, iar grupul preia controlul și reconfigurează sistemul folosind vorbirea.

Conform informatoarei mele, Mary: *„Ceea ce a lipsit în tot acest timp este acum rostit ritualic și asta eliberează energie".*

Așa cum a spus Jakobson într-una dintre prelegerile sale despre Sunet și Înțeles din 1942: „Când vorbesc, o fac pentru a fi auzit" (1978: 5). Aș argumenta că „schimbarea" vine din faptul că acele propoziții nu sunt doar rostite, ci sunt auzite - atât de client, cât și de restul grupului (martorii publici).

În eseul său despre „Rolul magiei și religiei", Bronislaw Malinowski a scris: „Magia servește nu doar ca o forță integratoare pentru individ, ci și ca o forță organizatoare pentru societate" (1925/1979, p. 44). La fel ca incantațiile în magie, cuvintele sau, în acest caz, propozițiile vindecătoare formalizate au puterea de a produce schimbare și de a reconfigura și provoacă experiența aducerii ordinii în sistemul familial. „Propozițiile vindecătoare" în munca constelației familiale nu au doar o valoare simbolică, ci sunt cele care aduc schimbarea - ele însele sunt faptele. Iar acea faptă este, aparent, vindecarea simptomelor transgeneraționale persistente într-un cadru de grup.

Capitolul 9: **Concluzie**

„Trăim într-o epocă a anxietății, a fricii de violență și a punerii sub semnul întrebării a valorilor fundamentale.”

- Ivan Boszormenyi-Nagy, 1973: xiii

„Varianta de vindecare nu este întotdeauna cea mai ușoară.”

- Bert Hellinger, 1998: 62

Când ne gândim la psihoterapie, de obicei nu o asociem cu termenul „ritual”, deoarece are adesea conotații religioase, precum și magice. Cu toate acestea, unele abordări din psihoterapia occidentală încorporează ritualuri în procesele lor terapeutice (Sax, Weinhold & Schweitzer, 2010). Una dintre aceste metode, așa cum mi-am propus să demonstrez în această teză, este lucrul cu constelația familială dezvoltat de Bert Hellinger.

Pe baza literaturii de specialitate atât din domeniul antropologiei, cât și din cel al psihoterapiei, am încercat să analizez conceptele majore, precum și influențele asupra dezvoltării lucrului cu constelații familiale. Fundamentul teoretic pe care l-am introdus a fost apoi utilizat în interpretarea structurii atelierului, precum și a interacțiunilor dintre participanți.

Principala mea metodă de colectare a datelor, observația participantă, s-a dovedit a fi ideală pentru studierea acestei metode fenomenologice - deoarece, pentru a înțelege ce este constelația familială, trebuie să o experimentezi singur. Am participat la 7 ateliere în 4 institute Gestalt diferite, petrecând un total de 70 de ore „pe teren”... sau mai degrabă „în fața ecranului”. Cercetările mele de teren, precum și interviurile pe care le-am realizat, au fost realizate online.

Combinând literatura de specialitate din antropologie cu datele mele de teren, am încercat să interpretez rolurile participanților (terapeut, reprezentanți și observatori) într-un cadru ritualic. Accentul principal al discuției mele este pus pe utilizarea rituală a limbajului. Am intenționat să demonstrez că, în această metodă terapeutică, intervențiile terapeutice sub

forma „propozițiilor vindecătoare” sunt de o importanță crucială pentru „vindecare”.

În această cercetare, am încercat să demonstrez că, în comparație cu spațiul fizic, așa cum se credea anterior - în special în cadrul atelierelor online - limbajul are prioritate. Este cheia stabilirii „ordinii” într-o constelație familială. Limbajul este cel care face ca această metodă să funcționeze.

Deși argumentul meu principal este că intervențiile terapeutului sub forma „propozițiilor vindecătoare” sunt elementul cheie care face ca această abordare să funcționeze, informatorii mei aveau alte idei - în principal că „energia din câmp” este responsabilă pentru toate acestea.

Conform spuselor lui Mary: *„Energia care există causa sui, împreună cu o persoană care știe ce să facă cu ea, este ceea ce face ca această metodă să fie eficientă”* . Edgar a spus că conducerea energiei face ca totul să funcționeze: *„...dacă ar trebui să aleg o emoție... Ar fi «dragostea». Nu doar dragostea dintre oameni, ci «dragostea cosmică universală!».* În cele din urmă, Emily a avut cel mai Hellingerian răspuns dintre toate: *«Știi că nu m-am gândit niciodată la asta. Funcționează. Nu știu cum funcționează, dar știu că funcționează» . ”*

Deși nu am primit un răspuns concret de la persoanele care m-au interogat cu privire la ce anume face ca această metodă să funcționeze, am primit totuși o explicație detaliată despre cum funcționează pentru ei. Din perspectiva practicienilor săi, beneficiile lucrului cu constelația familială sunt următoarele:

Potrivit lui Mary, aceasta este o metodă prin care participanții pot vedea ceva în domeniul lor familial care îi deranja, dar pe care nu-l puteau vedea înainte. *„Vedem o perspectivă diferită asupra modului în care stau lucrurile, ceea ce ne oferă oportunitatea de a face o alegere cu privire la direcția în care să mergem de aici”,* a explicat ea [48].

Prima dată când Emily a participat la această metodă de terapie de grup, acum mulți ani, a avut ocazia să-și stabilească propria constelație [49]: *„Aceasta a fost prima mea muncă. Am*

---

[48] „Cunoașterea îi oferă omului posibilitatea de a planifica din timp, de a îmbrățișa spații vaste de timp și distanță; îi permite o gamă largă a speranțelor și dorințelor sale” (Malinowski, 1925/1979, p. 39).

[49] Interesant este că acel atelier, la care a participat cu ani înainte de a începe pregătirea gestalt, a fost

primit un răspuns despre ceea ce se întâmplase în domeniul familiei mele, care mă deranja de 30 de ani". Când a fost întrebată despre beneficiile acestei metode, ea a spus că le oferă participanților o perspectivă asupra dinamicii din sistemul lor familial: *„Beneficiul Ordinii [a Iubirii] este că, prin ritualuri, problemele sau blocajele [pe care o persoană le are] sunt mai ușor de depășit. Prin recunoașterea a ceea ce există, acele metafore despre ceea ce purtăm și despre care nici măcar nu știm, sunt puse în ordine".*[50]

Deși multe dintre lucrurile pe care le-am acoperit în această teză au fost menționate și discutate în alte lucrări despre terapia constelațiilor familiale, „inovația" pe care cred că o aduce cercetarea mea, mai ales în această lume post-pandemică, este faptul că se concentrează în principal pe ateliere online. Cercetarea mea a descoperit că, la fel ca terapia online individuală și de grup, constelațiile familiale nu numai că pot fi transportate în lumea virtuală, dar sunt la fel de eficiente - chiar dacă uneori sunt puțin „paralizate emoțional", ca să citez unul dintre informatorii mei, din cauza faptului că grupul nu împarte același spațiu fizic în timpul atelierului.

Această cercetare nu este lipsită de limite. Așa cum am menționat în paragraful anterior, munca mea de teren a fost realizată exclusiv online. În plus, atunci când am participat, am avut doar rolul de observator. Prin urmare, sunt necesare cercetări suplimentare și o participare activă din partea mea ca cercetător.

Mai mult, numărul informatorilor mei a fost minim - în cercetările viitoare, este necesar să se realizeze și interviuri cu mai mulți participanți. Este necesar și un interviu cu facilitatorul constelației, deoarece terapeutul este cel care, prin intervențiile sale, mișcă reprezentanții ca pe niște piese de șah pe tablă. În plus, aleg în mod conștient să nu mă concentrez pe experiența Clienților, ceea ce este ironic, având în vedere că aceștia sunt principalul punct central al „vindecării" în constelațiile familiale. Pentru o interpretare cu adevărat cuprinzătoare sau chiar doar o prezentare generală a acestei metode, este necesară lărgirea numărului de informatori și participarea mea atât la ateliere față în față, cât și la cele online.

---

facilitat de Lidija Pecotic - pe atunci, grupurile ei erau deschise publicului.

[50] „În cele din urmă, cu toții purtăm cu noi urme ale suferinței de pe câmpurile pe care le-am traversat, căutând momentul potrivit pentru a le transforma din durere în frumusețe" (Francesetti, 2012: 11).

În ceea ce privește ideile de cercetare viitoare, un lucru pe care l-am observat în timpul muncii mele de teren este că clienții din țări diferite (în acest caz, din regiunea Balcanilor, comparativ cu Malta) își stabilesc probleme diferite în constelațiile lor. O analiză interculturală a traumelor (transgeneraționale), în funcție de originea clienților, ar putea fi o idee interesantă de explorat.

Scopul meu în cadrul acestei cercetări a fost de a crea un dialog între două științe sociale holistice și de a interpreta această metodă utilizată în psihoterapie dintr-un punct de vedere al antropologiei culturale și, sperăm, de a contribui la cercetările existente deja efectuate pe această temă.

Recunoașterea a ceea ce este

În această ultimă parte a tezei mele, **Mulțumirile** , aș dori să îmi exprim profundele recunoștințe față de toți cei care au contribuit la realizarea acestei teze.

În primul rând, aș dori să-mi exprim sincera recunoștință față de coordonatorul meu de teză, profesorul Richard Papp, pentru îndrumarea sa perspicace pe parcursul procesului de scriere. Nu numai că el a făcut posibilă finalizarea acestei teze, dar a făcut posibilă și studiul meu de Antropologie Culturală la ELTE!

Pe lângă mentorul meu, aș dori să-mi exprim aprecierea și față de Viola Teisenhoffer - pentru că a pus întrebarea potrivită la momentul potrivit, pentru că m-a motivat, precum și pentru că mi-a împărtășit cunoștințele ei oricând și oriunde - fie că a fost vorba de miezul nopții, într-o duminică, la telefon, fie într-un tren spre Bratislava!

Mulțumirile mele sincere se îndreaptă, de asemenea, către Lidija Pecotic și institutele Gestalt asociate cu EAPTI-GPTIM, pentru că mi-au oferit oportunitatea unică de a-mi desfășura activitatea de teren în cadrul atelierelor lor. În plus, aș dori să-i mulțumesc și pentru tot sprijinul și cunoștințele pe care i le-a oferit cu generozitate mamei mele în toți acești ani.

În plus, aș dori să le mulțumesc informatorilor mei sau, ca să-i citez pe unul dintre ei: „cobaii mei” *(moji zamorcici* în sârbă) pentru contribuția entuziastă la cercetarea mea. Experiențele și perspectivele pe care le-au împărtășit au contribuit la substanța tezei mele. În plus, aș dori să-i mulțumesc în mod special Vesnei Vuksa, prima mea informatoare, care este și mama mea - pentru că mi-a oferit resurse și mi-a deschis calea cu propriile experiențe de viață și munca asiduă.

Nu în ultimul rând, aș dori să le mulțumesc și să le exprim recunoștința bunicilor mei: Andelija și Obrad (din partea mamei) și Radmila și Milorad (din partea tatălui), care, cu toate traumele și alegerile lor, au creat și crescut doi dintre cei mai buni oameni: mama și tata. Le sunt veșnic recunoscător părinților mei: Vesna și Jovan, deoarece ei au fost cel mai mare sistem de sprijin pentru mine, inspirându-mă să fiu eu însămi și să-mi urmez visele!

Referințe

Ardévol, E. și Estalella, A. (2012). Utilizări ale internetului în cercetarea etnografică europeană. În Kockel, U., Craith, MN și Frykman, J. (ed.), *A Companion to the Anthropology of Europe* (ediția 1, pp. 480-490). Wiley-Blackwell.

Armstrong, PB (2005). Fenomenologie. În Groden, M., Kreiswith, M. și Szeman, I. (ed.), *Ghidul Johns Hopkins pentru teorie și critică literară* (ediția a 2-a). https://www.brown.edu/Departments/Joukowsky Institute/courses/architecturebodyperformance/1065.html

Babbie, E. (2007). *Practica cercetării sociale* (ediția a 11-a). Wadsworth.

Barak, A., Hen, L., Boniel-Nissim, M. și Shapira, N. (2008). O analiză cuprinzătoare și o meta- analiză a eficacității intervențiilor psihoterapeutice bazate pe internet. *Journal of Technology in Human Services, 26* (2-4), 109-160. https://doi.org/10.1080/15228830802094429

Beaumont, H. (2014). *Dusa kao dimenzija iskustva* [Către o psihoterapie spirituală: Sufletul ca dimensiune a experienței]. (V. Vuksa, trad.). Intronaut. (lucrare originală publicată în 2012)

Benderly. BL (2005). Promisiunea e-terapiei. *Scientific American Mind, 16* (4), 72-77. https://www.jstor.org/stable/10.2307/24997718

Berle, D., Starcevic, V., Milicevic, D., Hannan, A., Dale, E., Brakoulias, V și Viswasam, K. (2015). Pacienții preferă terapia față în față sau terapia prin internet?. *Psihoterapie și psihosomatică, 84* (1), 61-62 . https://www.jstor.org/stable/10.2307/48515937 .

Bernard, HR și Garvlee, CC (ed.). (2015). *Manual de metode în antropologie culturală* (ediția a II-a). Rowman și Littlefield.

Bhandari, DR (10-15 august 1998). *Conceptul de dreptate al lui Platon: o analiză* [Prezentare]. Al 20-lea Congres Mondial de Filosofie, Boston, Massachusetts, SUA. https://www.bu.edu/wcp/Papers/Anci/AnciBhan.htm

Bloch, M. (1974). Simboluri, cântec, dans și caracteristici ale articulației: Este religia o formă extremă de autoritate tradițională?. *European Journal of Sociology, 15* (1), 55-81. https://www.jstor.org/stable/23997173

Boszormenyi-Nagy, I. și Spark, GM (1973). *Loialități invizibile: Reciprocitate în terapia familială intergenerațională.* Harper și Row.

Boszormenyi-Nagy, I. (1987). Moduri relaționale și semnificație. În *Fundamentele terapiei contextuale: Lucrări complete ale Dr. Ivan Boszormenyi-Nagy* (pp. 139-165). Brunner/Mazel, Inc.

Broughton, V. (2013), Dezvoltarea constelațiilor familiale. În Blackwell, J. (ed.), *Bert Hellinger ÎN Omul: Copilărie, timp petrecut în Africa de Sud, credințe religioase și multe altele* (pp. 3-5). Vindecarea traumelor familiale.

Buber, M. (1977). *Ja i Ti* [Eu și Tu]. (J. Acin, Trad.). Rad. (lucrare originală publicată în 1923) Butollo, *W.,* Kruesmann, M. & Hagl, M. (2003). *Trauma, Selbst und Therapie: Konzepte und Kontroversen in*

der Psychotraumatologie [Traumă, sine și terapie]. Hogrefe AG.

Champetier de Ribes, B. (2020, 1 aprilie). *Biografía de Bert Hellinger* [Biografia lui Bert Hellinger]. (M. Escribano, Trad.). https://fortunatodesenvolvimento.com.br/institucional/bibliografia-de- bert-hellinger/

Clothey, FW (2004). Ritual, priroda i teorije [Natura și teoriile ritualurilor]. În Crim, KR (ed.), *Enciklopedija zivih religija* [Dicționar Abingdon al religiilor vii] (pp. 598-602). Nolit. (lucrare originală publicată în 1981)

Cohen, DB (2006). „Constelații familiale": Un proces fenomenologic sistemic inovator de grup din Germania. *The Family Journal: Consiliere și terapie pentru cupluri și familii, 14(3),* 1-8. DOI: 10.1177/1066480706287279

Crim, KR (Ed.). (2004). *Enciklopedija zivih religioja* [Dicționar Abingdon al religiilor vii]. Nolit. (lucrare originală publicată în 1981)

Cronk, L. și Gerkey, A. (2007). Rudenie și descendență. În Dunbar, R. și Barrett, L. (ed.), *Manualul Oxford de Psihologie Evoluționistă* (pp. 463-478). Oxford University Press.

Cronk, L. (2012). Reciprocitatea și puterea dăruirii . În Spradley, J. și McCurdy, DW (ed.), *Conformitate și conflict: lecturi în antropologia culturală* (ediția a 14-a, pp. 119-124). Pearson.

Ducommun-Nagy, C. (2019). Terapie familială contextuală. În Lebow, JL, Chambers, AL și Breunlin, DC (ed.), *Enciclopedia terapiei de cuplu și familie* (pp. 575-583). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-49425-8 361 .

Duncan, WL (2017). Dinámicas Ocultas: Cultură și psihosocialitate în constelația familială mexicană Terapie. *Ethos, 45* (4), 489-513. DOI: 10.1111/etho.12175

Duranti, A. (1997). Antropologie lingvistică: manuale Cambridge de lingvistică. Cambridge University Press.

Epstein, R. (2011). Terapia la distanță ajunge la maturitate. *Scientific American Mind, 22* (2), 60-63. https://www.jstor.org/stable/10.2307/24943317 .

Eriksen, TH (2010). Exchange. În *locuri mici, probleme mari: o introducere în antropologia socială și culturală* (ediția a 3-a, pp. 176-208). Pluto Press.

Feuchtwang, S. (2010). Ritual și memorie. În S. Radstone și B. Schwarz (ed.), *Memorie: istorii, teorii, dezbateri* (pp. 281-298). Fordham University Press. http://www.jstor.org/stable/j.ctt1c999bq.23

Francesetti, G. (2012). Durere și frumusețe: de la psihopatologie la estetica contactului. *British Gestalt Journal, 21* (2), 4-18.

Francesetti, G. (2015). De la simptome individuale la câmpuri psihopatologice. Către o perspectivă de teren asupra suferinței umane clinice. *British Gestalt Journal, 24* (1), 5-19.

Franke, U. (2017). *Râul nu privește niciodată înapoi: Fundamente istorice și practice ale constelațiilor familiale ale lui Bert Hellinger* (ediția a II-a). Carl-Auer Verlag.

Friedman, AS, Boszormenyi-Nagy, I., Jungreis, JE, Lincoln, G., Mitchell, HE, Sonne, JC, Speck, RV și Spivack, G. (1970). *Psihoterapie pentru întreaga familie: Istorici de cazuri, tehnici și concepte de*

terapie familială la domiciliu și în clinică (ediția a 2-a). Springer-Verlag Company, Inc.

Galea, R. (2018). Relația psihoterapeutică contemporană: terapie online sau față în față?. *Gestalt Today Malta: Revista Internațională Interdisciplinară în Domeniul Psihoterapiei, 1* (2), 25-30. https://www.eapti-gptim.com/files/ugd/3e745d 1e10322514534629adce55a00b7346f1.pdf

Gill, SD (2004). Samanizam [Șamanism]. În Crim, KR (Ed.), *Enciklopedija zivih religija* [Dicționar Abingdon al religiilor vii] (pp. 696-699). Nolit. (lucrare originală publicată în 1981)

Goodwin, C. și Goodwin, MG (2004). Participare. În Duranti, A. (ed.), *A Companion to Linguistic Anthropology (a companion to lingvistic antropologie),* (pp. 222-244). Blackwell Publishing.

Gunther, SV (2006). Teroare, traumă și vindecare . *Journal of Futures Studies, 11(2),* 125-136.

Hann, C. și Hart, K. (2011). *Antropologie economică: istorie, etnografie, critică.* Polity Press.

Heidegger, M. (1982). *Misljenje i pevanje.* (B. Zec, Trad.). Nolit.

Heidegger, M. (2007). *Ontologija: Hermeneutika fakticnosti* [Ontologia — Hermeneutica factiității]. (CD Koprivica, Trad.). Akademska Knjiga. (lucrare originală publicată în 1988)

Hellinger, B. și Beaumont, H. (1999). *Atingând dragostea: Bert Hellinger la lucru cu sistemele familiale: Documentația unui atelier de trei zile pentru psihoterapeuți și clienții lor.* Carl Auer System Publ.

Hellinger, B., Weber, G. și Beaumont, H. (1998). *Simetria ascunsă a iubirii: Ce face ca iubirea să funcționeze în relații.* Zeig, Tucker și Co.

Höffe, O. (2008). *Pravda: Filozofski uvod* [Justiția: o introducere filozofică]. (V. Milisavljevic, Trad.). Akademska Knjiga. (lucrare originală publicată în 2001)

Houseman, M. (2003). Vers un modèle anthropologique de la pratique psychothérapeutique [Către un model antropologic de practică psihoterapeutică]. *Thérapie familiale, 24* (3), 289 312.

Houseman, M. (2021). Devenind autonomi împreună: Intimitate distanțată în dansurile descoperirii de sine. În Harvey, G., Houseman, M., Pike, SM și Salomonsen, J. (ed.), *Reassembling Democracy: Ritual as Cultural Resource* (pp. 87-104). Bloomsbury Academic.

Jakobson, R. (1978). Prelegerea I. În *Șase prelegeri despre sunet și semnificație* (pp. 1-22). MIT Press.

Jodorowsky, A. și Costa, M. (2020). *Metagenealogija: Geneolosko stablo kao umetnost, terapija i potraga za sustinskim Ja* [Metagenealogie: Descoperirea de sine prin psihomagic și arborele genealogic]. (I. Krgovic, trad.). Areté. (lucrare originală publicată în 2009)

Johnston, D. (2011). Teoria justiției a lui Aristotel. În *„O scurtă istorie a justiției”* (pp. 63-88). John Wiley & Sons Ltd.

Jung, CG (1980). Conceptul de inconștient colectiv. În *Arhetipurile și inconștientul colectiv* (pp. 42-53). Princeton University Press.

Kujala, A. și Danielsbacka, M. (2019). *Reciprocitatea în societățile umane: din cele mai vechi timpuri până la statul bunăstării modern* . Springer.

Larson, GJ (1978). Prolegomen la o teorie a religiei. *Journal of the American Academy of Religion, 46* (4), 443-463. https://www.jstor.org/stable/1463043

Leach, ER (1982). *Antropologie socială.* Oxford University Press.

Lee, RG (2003). Rușinea și modelul Gestalt. În Lee, RG și Wheeler, G. (ed.), *Vocea rușinii: Tăcere și conexiune în psihoterapie* (ediția a 2-a, pp. 3-21). GestaltPress.

Lévi-Strauss, C. (1963). *Antropologie structurală.* My Basic Books, Inc.

Lévi-Strauss, C. (2018). *Svi smo mi kanibali* [Toți suntem canibali: și alte eseuri]. (O. Stefanovic, trad.). Gradac K. (lucrare originală publicată în 2013)

Malinowski, B. (1979). Rolul magiei și religiei. În Lessa, WA și Vogt, EZ (ed.), *Reader in Comparative Religion* (ediția a 4-a, pp. 37-46). Harper și Row. (lucrare originală publicată în 1925)

Malinowski, B. (1984). Rolul mitului în viață. În Dundes, A. (ed.), *Narațiunea sacră: lecturi în teoria mitului* (ediția a 2-a, pp. 193-206). University of California Press. (lucrare originală publicată în 1925)

Mann, D. (2010). 39: Spațiul vital și câmpul. În *Terapia Gestalt: 100 de puncte cheie și tehnici* (pp. 111-113). Routledge.

Mauss, M. (2002). *Darul: Forma și motivul schimbului în societățile arhaice.* Routledge. (lucrare originală publicată în 1925)

Mayer C. și Viviers, R. (2016). Munca în constelații și cultura Zulu: Reflecții teoretice asupra conceptelor terapeutice și culturale. *Journal of Sociology and Social Anthropology, 7* (2), 101-110 . DOI: 10.1080/09766634.2016.11885706 .

Mbiti, JS (1970). *Religii și filozofie africană.* Anchor Books.

Meyburgh, T. și Mthembu-Salter, L. (2008). *Experiența unei femei Zulu cu privire la constelațiile familiale.* http://www.tanjameyburgh.co.za/post/a-zulu-woman-s-experience-of-family-constellations .

Meyburgh, T. (2009 */.* A fost odată în Africa de Sud: Bert Hellinger în Natal . În *Manual de instruire pentru constelații familiale: Instruirea vindecătorilor transformaționali (2020,* pp. 7-12.) https://healingfamilytrauma.com/family-constellation-training-manual/new-training-manual- 2020/ .

Meyer, WF, Moore, C. și Vijoen, HG (Eds.). (1997). Perspective africane. În *Personologie: de la individ la ecosistem* (ediția a 2-a, pp. 615-627). Heinemann.

Moisseeff, M. (2021). „Confruntarea cu moartea în cultura occidentală contemporană: o perspectivă de la distanță”. În Harvey, G., Houseman, M., Pike, SM și Salomonsen, J. (ed.), *„ Reassembling Democracy: Ritual as Cultural Resource”* (pp. 179-192). Bloomsbury Academic.

Murphy, L., Parnass, P., Michell, DL, Hallett, R., Cayley, P. și Seagram, S. (2009). Satisfacția clienților și compararea rezultatelor metodelor de consiliere online și față în față. *The British Journal of Social Work, 39* (4), 627-640. https://www.jstor.org/stable/23724320 .

Nel, MJ (2009). *Strămoșii și tranzițiile familiei Zulu: o teorie Bowen și o interpretare teologică practică* [Teză de doctorat]. Universitatea din Africa de Sud.

Pinto, T. și Vilaga, H. (2023). New Age și Mediul înconjurător: Noi forme de spiritualitate și stil de viață în contextul secularizării?. *Religions, 14* (4), 468. https://doi.org/10.3390/rel14040468

Pritzker, SE și Duncan, WL (2019). Tehnologii ale socialului: Terapia constelației familiale și remodelarea individualității relaționale în China și Mexic. *Culture, Medicine, and Psychiatry, 43* (3), 468-495. https://link.springer.com/article/10.1007/s11013-019-09632-x

Pritzker, SE și Liang, KQY (2018). Coliziunea semiotică și metapragmatica schimbării culturale în „Psihologia medicală chineză" a Dr. Song Yujun. *Journal of Linguistic Anthropology, 28* (1), 43-66. DOI: 10.1111/jola.12176.

Rakotsoane, F. (2-3 septembrie 2010). *Transcendența în religiile tradiționale africane* [Prezentare]. A 16-a Conferință a Forumului Sud-African pentru Știință și Religie (SASRF), Institutul de Cercetare pentru Teologie și Religie, UNISA. https://core.ac.uk/download/pdf/43167253.pdf

Roussou, E. (2011). Ortodoxia la răscruce: religia populară și identitatea greacă în practica deochiului. *Journal of Mediterranean Studies, 20* (1), 85-105.

Sahlins, M. (2011a). Ce este rudenia (partea 1). *Journal of the Royal Anthropological Institute (NS) 17,* 2-19.

Sahlins, M. (2011b). Ce este rudenia (partea a 2-a). *Journal of the Royal Anthropological Institute (NS) 17.,* 227-242.

Sandel, M. (2009). *Justiție cu Michael Sandel,* [Prelegeri]. Universitatea Harvard. https://youtube.com/playlist?list=PL30C13C91CFFEFEA6 .

Saussure, F. de. (1993). Al treilea curs de prelegeri de lingvistică generală. În *Al treilea curs de prelegeri de lingvistică generală de Saussure (1910-1911).* Pergamon Press. https://www.marxists.org/reference/subject/philosophy/works/fr/saussure.htm

Sax, W., Weinhold, J. și Schweitzer, J. (2010). Vindecarea rituală în Orient și Occident: o comparație între vindecarea rituală în Himalaya Garhwal și „Constelația familială" din Germania. *Journal of Ritual Studies, 24* (1), 61-77.

Scharmer, CO (23 septembrie 1999). *Câmpuri morfice: Conversație cu Rupert Sheldrake,* Londra.

Schneider, D.M. (1972). Despre ce este înrudirea? În Parkin, R. și Stone, L. (ed *.), Înrudirea și familia: o carte antropologică* (pp. 258-274). Blackwell Publishing.

Schneider, J. (2000). Utilizarea figurilor pentru constelațiile familiale cu clienți individuali. În Weber, G. (ed.) *Practica constelațiilor familiale: contribuții la soluțiile sistemice conform lui Bert Hellinger* (pp. 1-11). Carl Auer Verlag,

Sethi, Y. (2021). *Constelații familiale, neuroștiințe și epigenetică.* https://familyconstellations.com.au/family-constellations-neuroscience-and-epigenetics-yildiz-sethi/

Severi, C. (2002). Memorie, reflexivitate și credință. Reflecții asupra utilizării rituale a limbajului. *Antropologie socială, 10(1),* 23-40. DOI: 10.1017/S0964028202000034

Sow, I. (1980). *Structuri antropologice ale nebuniei în Africa neagră.* International University Press.

Sucala, M., Constantino, MJ, Miller, SJ, Brackman, EH și Montgomery, GH (2012). Relația terapeutică în e-terapia pentru sănătate mintală: o analiză sistematică. *Journal of Medical Internet Research, 14*

(4), 1-13 . http://www.jmir.org/2012/4/e110/.

Taber, CR (2004). Rituali zivotnog ciklusa [Ritualuri ale ciclului de viață]. În Crim, KR (Ed.), *Enciklopedija zivih religija* [Dicționarul Abingdon al religiilor vii] (pp. 602-604). Nolit. (lucrare originală publicată în 1981)

Thornton, R. (2009). Transmiterea cunoștințelor în vindecarea tradițională sud-africană. *Africa: Jurnalul Institutului African Internațional, 79(1),* 17-34. https://www.jstor.org/stable/29734388

Timmermann, T. (2001). *Constelații familiale cu instrumente muzicale: o abordare sistemică fenomenologică aplicată în terapia prin muzică.* https://www.timmermann-domain.de/familycon.pdf

Turner, V. și Abrahams, RD (1969). *Procesul ritualic: structură și anti-structură.* Routledge. DOI: 10.4324/9781315134666 .

van Gennep, A. (1960) [1909]. *Riturile de trecere.* University of Chicago Press. (lucrare originală publicată în 1909)

Velasquez, M., Andre, C., Shanks, T., JS și Meyer, MJ (1990). Dreptate și echitate. Probleme de etică, 3(2). https://www.scu.edu/ethics/ethics-resources/ethical-decision-making/justice-and-corectitudine/#:~:text=Justiția%20înseamnă a da fiecărei%20persoană, înțelegerea%20celor%20persoane 0two%20termen .

Viveiros de Castro, E. (2009), Darul și dăruitul: Trei nano-eseuri despre rudenie și magie. În Bamford, S. și Leach, J. (ed.), *Rudenie și dincolo de ea: Modelul genealogic reconsiderat,* (pp. 237-268). Berghahn.

Vuksa, V. (2023). *Put kuci - Recnik gestalt terapije* [Homecoming - Gestalt Therapy Dictionary]. Srpsko Udruzenje za Gestalt Psihoterapiju (SUGP).

Washington, K. (2010). Vindecarea tradițională Zulu, viziunea afrikană asupra lumii și practica Ubuntu: Aprofundarea psihologiei afrikane/negre. *Jurnalul de Studii Panafricane, 3* (8), 24-39.

Weber, G. (2000). Constelații organizaționale: elemente de bază și situații speciale. În *Praxis der Organisationsaufstellungen.* Carl-Auer-Systeme Verlag. https://www.mbsc.net.au/wp-content/uploads/2017/04/Constelații-Organizaționale-Noțiuni-de-Bază-și-Situații-Speciale.pdf

Weiner, AB (1992). *Bunuri inalienabile: Paradoxul păstrării în timp ce dăruiești.* University of California Press.

Zuern, JD (1998). *Aristotel: Poetică* [articol pe blog]. https://english.hawaii.edu/criticalink/aristotle/index.html

Apendice

Anexa A: **Cosmologia lui Hellinger**

Bert Hellinger (1925-2019) a crescut în Germania nazistă. Datorită credinței creștine puternice a familiei sale, a rămas neutru față de idealurile politice ale lui Hitler. În adolescență a refuzat să participe la reuniunile obligatorii ale Organizației Tineretului Hitlerist, ceea ce a determinat Gestapo-ul să-l clasifice drept Presupus Dușman al Poporului. La vârsta de 17 ani a fost recrutat să lupte pe frontul de vest, fiind capturat de Aliați abia un an mai târziu. După ce a evadat din lagărul de război, în 1946 Hellinger s-a alăturat Ordinului Catolic al Misionarilor din Mariannhill din Germania. În 1951 a absolvit Teologie și Filosofie la Universitatea din Würzburg, iar în 1952 a fost hirotonit preot, realizându-și astfel visul copilăriei.

În anul următor s-a mutat la Durban, Africa de Sud, unde a lucrat ca misionar și profesor. Acolo a intrat în contact cu cultura Zulu, învățând chiar și limba. Deoarece a perceput că multe ritualuri Zulu au o structură și o funcție similară cu elementele liturghiei catolice, Hellinger a început să experimenteze integrarea celor două. În timpul petrecut în Africa, a fost introdus și în pregătirea ecumenică a anglicanilor în *dinamica de grup* și orientarea sa dialogică.

În 1969 s-a transferat înapoi în Germania, devenind director al Seminarului Misionar Mariannhiller din Würzburg, dar după doar doi ani a decis să părăsească Ordinul și s-a mutat la Viena pentru a studia psihanaliza.

În anii 1970, Hellinger s-a perfecționat în *terapia primală* (Arthur Janov), *terapia gestalt* (Ruth Cohen, Leslie Kadis și Helarion Petzold), *analiza tranzacțională* (Rüdiger Rogoll, Eric Bern). De asemenea, a început să studieze diferite abordări psihoterapeutice - cum ar fi *Programarea Neurolingvistică* sau NLP (Milton Erikson) și *hipnoterapia (* Erikson și discipolii săi: Lankton, Gilligan și Zeig). În acest deceniu a intrat în contact și cu *terapia familială* (prin intermediul psihodramei lui Jacob Moreno *, al terapiei contextuale* a lui Ivan Böszörmenyi-Nagy și al sculpturii de familie a Virginiei Satir *).*

În 1982 a fost recunoscut ca „psihoterapeut non-medical” și a început să ofere ateliere despre

constelația familială. În 1993 a publicat prima sa carte intitulată *Zweierlei Glück. Konzept und Praxis der systemischen Psychotherapie* - sau tradusă în engleză ca „Simetria ascunsă a iubirii: Ce face ca iubirea să funcționeze în relații” (1998), care l-a prezentat publicului larg și i-a adus recunoaștere și succes internațional.

Anexa B: **Viziunea asupra lumii a „africanului”**

Când se folosește termenul „african”, merită să ne amintim că acesta se referă la o grupare polimorfă de popoare indigene din Africa subsahariană. Deși există o diversitate umană între aceste grupuri, cum ar fi diversitatea lingvistică și religioasă, există și unitate între culturile tradiționale ale Africii. Potrivit lui Sow, în studiul său din 1980 intitulat „Structuri antropologice ale nebuniei în Africa neagră”, această unitate „este evidentă atât în domeniul spiritualității, cât și în cel al reprezentării și expresiei, de la operele de artă la comportamentul manifestat în viața de zi cu zi... Nu există nicio îndoială că, cu câteva variații, gândirea africană are un caracter distinctiv, derivându-și principiile din simboluri și mituri, precum și dintr-un ritual colectiv” (p. 125).

Conform lui Meyer și colab. în manualul lor de psihologie din 1997, „Personologie: de la individ la ecosistem”, spre deosebire de valorile occidentale de individualitate, diferență și competiție, africanii au un set opus de valori: grupalitatea, asemănarea și cooperarea. În timp ce occidentalul încearcă să conducă natura, ghidat de etosul supraviețuirii celui mai adaptat, africanul este una cu natura, prețuind supraviețuirea tribului printre toate celelalte (p. 615).

Viziunea africană asupra umanității se bazează pe o ontologie holistică antropocentrică, în care oamenii formează un întreg indivizibil cu universul. A fi om înseamnă atunci când „comportamentul cuiva este considerat a fi în beneficiul comunității, deoarece activitatea umană funcționează în mod natural într-un mod care perpetuează viața și nu o distruge” (Washington, 2010: 33). Conform lucrării lui Washington din 2010 intitulate „ Zulu Traditional Healing, Afrikan Worldview and the Practice of Ubuntu: Deep Through for Afrikan/Black Psychology” (Vindecarea tradițională Zulu, viziunea afrikană asupra lumii și practica Ubuntu: o abordare profundă a psihologiei afrikane/negre), umanitatea ca „natura colectivă a ființei” este ilustrată de termenul Nguni Bantu pentru *ubuntu* (ibid.).

Conform lui Sow (1980), în viața de zi cu zi se îmbină trei realități cosmice: macrocosmosul, mezocosmosul și microcosmosul.

- **Macrocosmosul** este domeniul în care locuiesc atât strămoșii, cât și Dumnezeu.
  Conform lucrării lui Mbiti „Religii și filozofie africană" (1970), în toate societățile africane, fără nicio excepție, oamenii au noțiunea de Dumnezeu Creator. În timp ce viziunea tradițională asupra lumii este monoteistă, așa cum scrie Rakotsoane în lucrarea sa din 2009 „Transcendența în religiile tradiționale africane", „Ființa Supremă" domnește peste un întreg panteon de ființe spirituale, care include zei mai mici, divinități, spirite și strămoși (p. 11). Într-un astfel de context, deoarece strămoșii sunt uneori mediatori (între oameni și Dumnezeu) și alteori agenți independenți, ei sunt extrem de importanți ca parte inerentă a funcționării zilnice a oamenilor. Dumnezeu este transcendental - deoarece „Înțeleptul", așa cum îl numesc zuluii, s-a retras din existența umană cotidiană și din treburile comunale [51]. Prin urmare, numai oamenii sunt responsabili atât pentru binele, cât și pentru răul care li se poate întâmpla (Sow, 1980: 184).
- **Mezo-cosmosul** este numit și „imaginarul colectiv structurat". Conform lui Rakotsoane (2009), comunitățile africane tradiționale cred că lumea este dens populată cu spirite care locuiesc atât în ființe vii (copaci, animale, ființe umane), în natură (munți, păduri, râuri), cât și în obiecte - toate acestea fiind „înțelese a fi ființe inteligente, cu scop și personale" (p. 6). Mezo-cosmosul este un fel de spațiu intermediar, unde „coincidența și forțele spiritelor maligne și ale vrăjitorilor se opun" (Meyer et al., 1997: 618). Prin urmare, este un domeniu al spiritelor maligne și al tuturor celor (șamani, preoți etc.) care influențează comportamentul uman. Conform credinței lor, toate evenimentele sunt cauzate de o forță externă - prin urmare, oamenii sunt la mila ființelor și puterilor supranaturale.
- **Microcosmosul** este domeniul, influențat atât de macrocosmos, cât și de mezocosmos, care găzduiește viața de zi cu zi a individului. În viziunea africană asupra

[51] Totuși, potrivit lui Mbiti, în ceea ce privește ciclul anual și ciclul de viață al oamenilor, Dumnezeu are un rol activ: „El le oferă ploaie, recoltă bună, sănătate, vite și copii" (1970: 61).

lumii, individul are o existență colectivă. A fi om înseamnă a aparține întregii comunități - ceea ce implică participarea la credințe, ritualuri, ceremonii și festivaluri ale comunității. Comparativ cu viziunea occidentală asupra lumii, viața este mai unificată și mai integrată (ibid., p. 3). Datorită acestei împletiri dintre religios și secular, sacrul și cotidian, nu există nicio distincție între cele două: „oriunde este africanul, acolo este și religie” (Mbiti, 1970: 2).

Religia tradițională africană, sau mai precis vindecarea tradițională, a revenit în forță prin intrarea în discursul public din Africa de Sud după alegerile din 1994 și abolirea apartheidului. Conform articolului lui Thornton din 2009 intitulat „Transmiterea cunoștințelor în vindecarea tradițională sud-africană”, vindecarea tradițională a devenit un instrument de vindecare politică [52], deoarece practicienii săi *(sangomas)* erau „adesea chemați să «curățe» națiunea de daunele provocate de trecutul său de apartheid și să deschidă funcțiile guvernamentale” (2009: 18). Un deceniu mai târziu, guvernul sud-african a încercat chiar să reglementeze practicile tradiționale prin lege [53]. Ceea ce este interesant este că această legislație clasifică vindecările tradiționale drept o „filosofie africană indigenă” - avându-și rădăcinile în sistemele de credință africane precoloniale. Fiind considerată misterioasă și informată doar de trecut, această lege „neagă posibilitatea observării și verificării empirice” a acestor practici (ibid., p. 23). Deși *Sangoma* oferă o gamă largă de servicii de diagnosticare, consiliere și medicale, în această teză mă concentrez pe cunoștințele lor despre strămoși *(emadloti)* și modalitățile de comunicare cu aceștia *(kupahla),* precum și pe divinația *(ukupengula)* folosind oase (*tinhlolo*) [54]- deoarece ambele practici au paralele cu munca în constelațiile familiale.

Anexa C1: **Întrebări inițiale pentru interviu**

<u>Introducere</u>

1. Când ai întâlnit prima dată conceptul de constelații familiale și care au fost primele tale impresii?

---

[52] Pe lângă audierile publice ale Comisiei pentru Adevăr și Reconciliere, care aveau același scop.
[53] „Legea privind practicienii tradiționaliști în domeniul sănătății” (nr. 35 din 2004), semnată la 11 februarie 2005 de președintele Thabo Mbeki.
[54] Numele din paranteză provin din clasificarea vindecării tradiționale a lui Thornton (2009:24). Conform lui Washington (2010: 26), strămoșii din rândul popoarelor Zulu și al altor popoare Nguni Bantu sunt numiți *amadlozi.*

Rolul observatorului

2. Când ai participat pentru prima dată la un atelier de constelații familiale, care au fost impresiile tale ca observator și cum a diferit experiența ta din timpul sesiunii de așteptările tale anterioare?

3. Te-a ajutat vreodată simpla observare a muncii altor persoane (în timpul atelierelor de constelații familiale) să vezi sau să depășești un obstacol din propria viață?

Rolul reprezentanților

4. Când ați intrat pentru prima dată în rolul de reprezentant, cum a diferit experiența dumneavoastră din timpul sesiunii de așteptările dumneavoastră anterioare?

5. Ce v-a motivat să aplicați sau să acceptați rolul de reprezentant?

6. Cum te simți când ești în rolul unui reprezentant? Cum recunoști că anumite senzații fizice, sentimente sau gânduri nu îți aparțin, ci persoanei pe care o reprezinți în sistemul familial al altcuiva?

7. În opinia dumneavoastră, este dificil să ieșiți din propria identitate și să vă asumați rolul de reprezentant (și invers)?

8. Cunoașterea anterioară a membrilor grupului pe care îl reprezentați în constelație sau cunoștința anterioară a clientului al cărui membru al familiei îl reprezentați v-a reprezentat vreodată o problemă în a vă asuma rolul sau nu a fost deloc un punct central pentru dumneavoastră?

9. Dacă ați avut ocazia să participați personal, în calitate de reprezentant, la ateliere despre constelații familiale, lipsa contactului față în față în cadrul atelierelor online v-a afectat experiența în acest rol pe durata atelierului?

10. S-a întâmplat vreodată ca rolul de reprezentant în sistemul familial al altcuiva să te ajute să vezi sau să depășești un obstacol din propria viață?

11. A existat vreo experiență în echipa națională care ți-a lăsat o impresie specială?

Rolul clientului

12. Dacă ați avut ocazia să fiți în rolul unui client, cum a diferit experiența dumneavoastră în timpul sesiunii față de așteptările dumneavoastră anterioare?

13. Având în vedere că, în cadrul acestei metode, clientul nu participă activ la munca sa (este reprezentat de un „reprezentant al clientului”), cum v-ați simțit în legătură cu acest lucru? A fost neobișnuit să vedeți o altă persoană reprezentându-vă?

14. Cum ați ales reprezentanții membrilor familiei dumneavoastră?

15. În ce măsură, în opinia dumneavoastră, reprezentanții pe care i-ați ales și dinamica lor reciprocă au reflectat relațiile membrilor actuali ai familiei dumneavoastră și pozițiile lor în sistemul familial?

16. Dacă ați avut ocazia să participați personal în calitate de client la ateliere despre constelații familiale, lipsa contactului personal v-a afectat experiența în timpul și după atelierul online sau după munca personală?

17. Dacă ați avea ocazia să vă desfășurați activitatea și să fiți client de mai multe ori, ce diferențe ați sublinia? De exemplu, dacă ar fi reprezentați aceiași membri ai familiei, ce anume, în opinia dumneavoastră, a fost la fel, similar sau diferit?

18. După ce ți-ai făcut munca, ai observat vreo schimbare în viața ta și în relațiile cu membrii familiei (în principal cu membrii care erau reprezentați în constelațiile familiale)?

Concluzie

19. În opinia dumneavoastră, care sunt avantajele acestei metode? Se schimbă acestea atunci când atelierul se desfășoară online?

20. În opinia dumneavoastră, care este factorul cheie care face ca metoda constelației familiale să fie eficientă?

Anexa C2: **Întrebări de interviu traduse în engleză**

Introducere

1. Când ai întâlnit prima dată conceptul de constelații familiale și care au fost primele tale impresii?

A fi observator

2. Când ai participat pentru prima dată la terapia prin constelații familiale ca observator, care au fost impresiile tale? Cât de diferită a fost experiența ta în comparație cu așteptările tale?

3. Te-a ajutat vreodată simpla observare a constelației familiale a altei persoane să observi sau chiar să depășești o problemă sau un blocaj din propria viață?

A fi reprezentant

4. Când ați participat pentru prima dată în calitate de reprezentant la munca în cadrul constelației familiale, cât de diferită a fost experiența dumneavoastră față de așteptările dumneavoastră anterioare?

5. Ce te-a motivat să te oferi voluntar sau să accepți rolul de reprezentant?

6. Cum te simți în rolul unui reprezentant? Recunoști vreo senzație fizică, sentiment sau gând specific care nu ți-a aparținut ție, ci persoanei pe care o reprezentai în sistemul familial al clientului?

7. În opinia dumneavoastră, a fost dificil să ieșiți din propria identitate și să vă asumați rolul de reprezentant (și invers)?

8. Cum ai reușit să separi relația personală cu colegii de rolul tău de reprezentant al membrului familiei lor? A fost o problemă pentru tine sau nu i-ai acordat atenție?

9. Dacă ați avut ocazia să participați la ateliere de constelații familiale față în față, cum v-a influențat lipsa contactului fizic și a spațiului din atelierele online experiența de reprezentant în timpul (și după) sesiunea?

10. Te-a ajutat vreodată rolul de reprezentant în sistemul familial al altei persoane să depășești vreo problemă sau vreun blocaj din viața personală?

11. A existat vreo experiență în rolul de reprezentant care ți-a lăsat o impresie deosebită?

Fiind clientul

12. Dacă ați avea ocazia să jucați rolul clientului, cât de diferită a fost experiența dumneavoastră la atelier față de așteptările dumneavoastră?

13. Având în vedere că în această metodă clientul nu participă activ la constelația sa (ci este reprezentat de „reprezentantul clientului"), cum te-ai simțit în legătură cu asta? A fost neobișnuit să vezi o altă persoană reprezentându-te?

14. Cum ați ales reprezentanții membrilor familiei dumneavoastră?

15. În ce măsură, în opinia dumneavoastră, reprezentanții pe care i-ați ales și dinamica dintre aceștia au reflectat relațiile membrilor actuali ai familiei dumneavoastră și poziția lor în sistemul familial?

16. Dacă ați avut ocazia să participați în calitate de client la ateliere de constelații familiale față în față, lipsa contactului fizic și a spațiului v-a influențat experiența în timpul (și după) sesiunea online?

17. Dacă ați avea ocazia să vă reprezentați constelația familială de mai multe ori, ce diferențe ați menționa? Dacă, de exemplu, ar fi reprezentați aceiași membri ai familiei, ce anume este, în opinia dumneavoastră, la fel, similar sau diferit?

18. După ce ați configurat și ați lucrat la sistemul familial, ați observat vreo schimbare în viața dumneavoastră și în relațiile cu membrii familiei, în special cele reprezentate în timpul atelierului de constelație familială?

Concluzie

19. În opinia dumneavoastră, care sunt beneficiile acestei metode? Se schimbă acestea atunci când atelierul se desfășoară online?

20. În opinia dumneavoastră, care este elementul cheie care face ca metoda constelației familiale să funcționeze eficient?